

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE MINAS GERAIS
campus POÇOS DE CALDAS

**A PESSOA EM CRESCIMENTO: Contribuições da “Tendência Atualizante” para
a Relação Terapêutica.**

Ana Cláudia Pennacchi
Luciana Guimarães de Carvalho

Poços de Caldas
2007

Ana Cláudia Pennacchi
Luciana Guimarães de Carvalho

**A PESSOA EM CRESCIMENTO: Contribuições da “Tendência Atualizante” para
a Relação Terapêutica.**

Monografia apresentada ao curso de
Psicologia da Pontifícia Universidade
Católica de Minas Gerais *campus* Poços
de Caldas.

Orientadora: Profª Drª Ellika Trindade

Poços de Caldas
2007

Ana Cláudia Pennacchi
Luciana Guimarães de Carvalho

A Pessoa em Crescimento: Contribuições da “Tendência Atualizante” para a Relação Terapêutica.

Monografia apresentada ao curso de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais *campus* Poços de Caldas.
Poços de Caldas, 2007.

Ellika Trindade

Ellika Trindade (orientadora) – PUC Minas

Ronny Francy Campos

Ronny Francy Campos – PUC Minas

André Luis Masiero

André Luis Masiero – PUC Minas

Aos nossos pais, pelo incentivo e presença constantes;

Aos nossos clientes, que foram o motivo fundamental para a realização deste trabalho. Foi a partir de nossos encontros que pudemos compreender o quão real e inteira é a relação terapêutica.

AGRADECIMENTOS

A Deus, agradecemos o dom da vida, por nos conceder a oportunidade de passar por este mundo tão belo e por nos ter dado esta vocação tão sublime de ajudar o ser humano no seu crescimento e na busca de sua realização. A Ele nossa maior gratidão.

Aos nossos pais, gratidão eterna e difícil de expressar pelo incansável carinho e incentivo, pelas incontáveis renúncias e por sempre priorizarem a nossa educação e a realização de nossos sonhos.

À nossa orientadora Ellika pela compreensão, dedicação, oferta e pela confiança em nós depositada, o que muito contribuiu para o desenvolvimento deste trabalho. Foi com sua presença sempre constante e com seu jeito peculiar que tornou muito mais agradável e suave a nossa pesquisa.

Aos nossos amigos e amigas pela colaboração e paciência, pelo companheirismo e apoio em todos os momentos.

A todos aqueles que, de alguma forma, contribuíram para que este trabalho fosse possível.

*“Em que momento existo?
E em que tempo eu estou: aqui? Agora? Ou nunca?
Fui em algum tempo antes o que agora não sou mais?
Serei em um outro tempo o que eu fui e sou agora, ainda?
Porque me vejo vivendo aqui como um dom do tempo ou da vida
O exato tempo único de cada único momento.
Mas vivo agora a memória do instante que passou
E me vejo a cada agora imaginando um amanhã
que nem existe ainda.
Porque a cada instante sou eu mesmo: sou. E sei?
E sou o mesmo e um outro que houve antes de mim
e veio comigo até agora e me fez eu.
E sou agora eu e estou já sendo quem?
Qual eu no ser que me sucederá depois
e em quem eu penso agora, de quem eu lembro agora
em quem eu me pré-sinto?
Estive lá? Estarei lá?
E onde estou, e em quem: aqui, agora?”*

*Jorge Luis Borges
(Aprender o Amor, 2005)*

RESUMO

Trata-se de um estudo teórico que visa conhecer as contribuições do conceito rogeriano de “tendência atualizante” para a relação terapeuta-cliente, tendo como fundamentação teórica a Abordagem Centrada na Pessoa. A principal contribuição deste trabalho se dá pela escassez de bibliografia que contemple, ao mesmo tempo, o conceito de “tendência atualizante” e relação terapêutica. O objetivo, então, é apresentar aos profissionais da área da psicologia um novo olhar acerca da intervenção clínica, um olhar que possibilite uma maior atenção às necessidades humanas, tendo sempre em vista o crescimento integral do homem. É através da análise bibliográfica de duas obras de Carl R. Rogers que pudemos perceber que, por mais comprometida que esteja a tendência do homem em crescer, ela jamais deixa de existir, sendo esta condição necessária para o desenvolvimento do processo terapêutico. Assim, concluímos que a “tendência atualizante” contribui para a relação terapêutica, permitindo que o cliente seja o próprio propiciador de seu crescimento, tornando-se mais livre para ser e transformar-se.

Palavras-chave: Abordagem Centrada na Pessoa, Tendência Atualizante, Relação Terapêutica.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	9
1 PSICOLOGIA HUMANISTA - ANTECEDENTES HISTÓRICOS E PRINCIPAIS PRESSUPOSTOS	13
2 ABRAHAM HAROLD MASLOW (1908-1970): HISTÓRIA E PRINCIPAIS CONCEITOS	24
3 CARL RAMSON ROGERS (1902-1987): SUA VIDA E PRINCIPAIS ETAPAS DE SUA PROPOSTA TEÓRICA	30
3.1 A Abordagem Centrada na Pessoa	36
3.1.1 A Psicoterapia Não-Diretiva (1940-1950)	37
3.1.2 Terapia Centrada no Cliente (1950-1957)	38
3.1.3 Terapia Experiencial (1957-1970)	39
3.1.4 Uma quarta fase	40
4 METODOLOGIA: Fenomenologia e Pesquisa Bibliográfica.....	42
4.1 Procedimento de Coleta dos Dados	45
4.2 Procedimento de Análise dos Dados	45
5 DA TEORIA DA HOMEOSTASE À TENDÊNCIA ATUALIZANTE	46
6 A RELAÇÃO TERAPÊUTICA NA PERSPECTIVA DE ROGERS	52
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS: Contribuições da “Tendência Atualizante” para a Relação Terapêutica	58
8 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	63

APRESENTAÇÃO

O interesse por uma visão mais humanizada de psicologia iniciou-se a partir do contato com a disciplina de Psicologia Humanista-Existencial no nosso quinto período de graduação. Chamou-nos a atenção tanto a construção deste saber que considera o homem como um todo, como um ser holístico, quanto a ênfase nas potencialidades humanas, naquilo que temos de melhor.

Ao longo de nosso curso nos deparamos com inúmeras questões acerca das experiências humanas, seus conflitos, seus anseios, suas dúvidas, enfim. Pudemos perceber, então, que estamos em um momento conturbado da existência humana, na medida em que estamos sofrendo inúmeras transformações que se dão desde os planos político, econômico, ecológico, enfim, até o plano humano. Sendo assim, estamos envolvidos em um processo de nascimento de um novo ser humano. E é pensando nesse humano que vem nascendo que, enquanto graduandas de um curso de Psicologia, nos preocupamos na forma em que poderemos ajudar o ser humano dessa nova era que está por vir.

Neste contexto de transformações, estamos diante de mudanças inevitáveis de paradigmas. Os velhos padrões se desvaneceram. Isto nos inquieta e nos deixa incertos. Não podemos mais ser vistos como grandes computadores, como pacotes mecânicos de estímulo e resposta. Essa nova era que surge possibilita espaços para reflexão e transformação, levando em conta potenciais humanos, bem como a relação deste homem com o mundo que o cerca.

Assim, as pessoas estão ganhando tanto uma nova consciência de sua força e poder quanto o reconhecimento de que a única coisa constante na vida é o processo de mudança. Parece que precisamos ver o indivíduo primariamente como uma pessoa que está continuamente se transformando.

Tendo isto em vista, o nosso objetivo neste trabalho é o de apresentar à comunidade acadêmica uma nova possibilidade de intervenção clínica, na qual aspectos inerentes ao ser humano, em especial sua tendência atualizante, são relevados e trabalhados a partir da perspectiva da Abordagem Centrada na Pessoa como uma oportunidade de crescimento e desenvolvimento. Como disse Maslow citado por SCHULTZ (2004): “*O estudo de espécimes avariados, atrofiados, imaturos e não saudáveis só pode produzir uma psicologia defeituosa.*” (p.290).

Acreditamos que a principal importância deste trabalho se dá na medida em que pouco foi explorado sobre o conceito rogeriano de tendência atualizante e, menos ainda, no que diz respeito à contribuição deste conceito na relação psicoterapêutica. Sendo assim, acreditamos que cientificamente este trabalho tem muito a contribuir, uma vez que, cada vez mais, as pessoas estão buscando na psicoterapia um espaço para o autoconhecimento, questionamentos e reflexões acerca de suas vidas. O profissional que trabalha nesta área deve estar sempre refletindo sobre a visão de mundo e de homem que sustenta sua prática, bem como o referencial teórico que a fundamenta.

Neste sentido, a psicoterapia, como recurso moderno de crescimento pessoal, tem sofrido grandes transformações no sentido de um grande progresso e expansão. Terapeutas e clientes sabem que algumas pessoas necessitam de assistência para se dirigirem no sentido de metas sadias e apropriadas na vida. Assim, não estamos trabalhando apenas com a terapia em busca da cura de uma determinada patologia, mas com o problema do significado e propósitos adequados de vida. Necessitamos de uma nova imagem de homem.

De acordo com Bühler (*in*: GREENING,1975), hoje, o papel que o psicoterapeuta desempenha é completamente diferente do que o do psicanalista de outrora. O psicoterapeuta moderno não é mais uma autoridade indiscutível, acima do bem e do mal. Pelo contrário, está disposto a participar num encontro “solícito” e caracterizado pela troca de idéias e mútuas sugestões. Um dos seus principais objetivos é ajudar o seu cliente a descobrir-se, descobrir o que quer da vida, descobrir os seus melhores potenciais. Este processo se dá não no sentido do terapeuta indicar o caminho que o seu cliente deve seguir, mas na liberdade de escolha deste, uma vez liberto de suas fixações neuróticas.

Para Maslow (1968), é a partir de um impulso a que Rogers denominou “tendência atualizante” que estas questões citadas acima podem ir se desenrolando, pois é no conhecimento que o terapeuta tem do funcionamento natural do seu cliente que será possível dizer-lhe como ser bom, como ser feliz, como ser fecundo, como respeitar-se a si próprio, como amar, como preencher as suas mais altas potencialidades. *“A coisa a fazer, segundo me parece, é descobrir o que é que realmente somos em nosso âmago, como membros da espécie humana e como indivíduos.”* (p.29).

Para Rogers, a tendência atualizante não é simplesmente mais um motivo. “*É importante observar que esta tendência atualizante é o postulado fundamental de nossa teoria... a este respeito lembremos a noção do eu (self). O eu (self) nada ‘faz’, representa simplesmente uma expressão da tendência geral do organismo para funcionar de maneira a se preservar e se valorizar.*” (ROGERS apud FADIMAN; FRAGER, 1979, p.229).

Assim, com o objetivo de analisar como o conceito de “tendência atualizante” pode contribuir para a relação psicoterapêutica, este trabalho apresenta a seguinte estrutura:

1 PSICOLOGIA HUMANISTA - ANTECEDENTES HISTÓRICOS E PRINCIPAIS PRESSUPOSTOS

Este tópico é composto de esclarecimentos acerca das questões relativas à história, influências e pressupostos do movimento humanista, bem como sua contribuição para o nascimento da psicologia humanista.

2 ABRAHAM HAROLD MASLOW (1908-1970): HISTÓRIA E PRINCIPAIS CONCEITOS

Não é possível falar da história da psicologia humanista sem considerar um de seus principais teóricos: Abraham Maslow. Sendo assim, tal tópico se refere à história de vida deste, que é considerado um dos principais autores e fundadores da psicologia humanista, e suas contribuições teóricas fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho.

3 CARL RAMSON ROGERS (1902-1987): SUA VIDA E PRINCIPAIS ETAPAS DE SUA PROPOSTA TEÓRICA

Neste terceiro tópico abordamos a respeito do teórico que foi o principal motivador para a realização deste trabalho. Apresentamos um breve apanhado sobre sua trajetória, apresentando os conceitos-chave de sua teoria e a história de sua abordagem (Abordagem Centrada na Pessoa). Vale ressaltar que o andamento desta pesquisa tem como referência a teoria deste autor.

4 METODOLOGIA: Fenomenologia e Pesquisa Bibliográfica

Neste tópico abordamos a metodologia utilizada no desenvolvimento deste trabalho.

5 DA TEORIA DA HOMEOSTASE À TENDÊNCIA ATUALIZANTE

Apresentamos, a seguir, o conceito de “tendência atualizante”, postulado fundamental da teoria rogeriana. Por não ser um conceito criado por Carl Rogers, explicitamos, de maneira sucinta, sua trajetória histórica, desde sua criação até a apropriação do mesmo por este teórico.

6 A RELAÇÃO TERAPÊUTICA DA HOMEOSTASE À TENDÊNCIA ATUALIZANTE

Este tópico trata desde o conceito de relação de ajuda para Carl Rogers até os principais conceitos relativos à terapia centrada no cliente.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS: Contribuições da “tendência atualizante” para a relação terapêutica

É neste tópico que nos dedicamos a uma breve análise a respeito dos aspectos relativos à contribuição do conceito de “tendência atualizante” para a relação terapêutica.

1 PSICOLOGIA HUMANISTA - ANTECEDENTES HISTÓRICOS E PRINCIPAIS PRESSUPOSTOS

Para abordarmos a questão da proposta conceitual da Psicologia Humanista, em especial o conceito de tendência à auto-atualização de Carl Rogers, é importante a fundamentação da mesma. Assim, faremos um breve apanhado histórico sobre esta força em psicologia.

Segundo Aquino (1986), o termo Humanismo, citado na Idade Moderna, designou um movimento de ruptura com o sistema escolástico medieval de pensamento. Seu apogeu ocorreu durante o Renascimento. É necessário, antes de dar continuidade ao que significou o Humanismo em si, que se entenda o movimento cultural da Renascença.

Ainda na perspectiva de Aquino (1986), a descoberta de novos continentes, a visão antropocêntrica do mundo, a afirmação dos estados nacionais e a difusão de variadas formas artísticas inspiradas no mundo Greco-Latino definiram a configuração do Renascimento, um brilhante período da cultura europeia que se seguiu à Idade Média. Como Renascimento designa-se o poderoso movimento artístico e literário que surgiu na Itália dos séculos XV e XVI, irradiando-se depois para a Europa, promovendo em toda parte um pronunciado florescimento da arquitetura, escultura, pintura e das artes decorativas, da literatura e da música e um novo enfoque da política.

Considerado a princípio por eruditos e historiadores como um ressurgimento da cultura clássica depois de um amplo declínio medieval, mais tarde o termo adquiriu também uma série de conotações políticas, econômicas e até religiosas. De um modo geral, o movimento é considerado como de total oposição ao período medieval.

Ainda segundo Aquino (1986), entre todos os prenúncios citados, destacaram-se a redução da influência da Igreja Católica e do Sacro Império Romano-Germânico, o surgimento das cidades-estados, o desenvolvimento das línguas nacionais e o início do desmoronamento das estruturas feudais. Tendo descoberto o mundo, os representantes do Movimento Renascentista também quiseram dominá-lo pela inteligência. Não dispendo ainda das ciências naturais e matemáticas de Galileu e Descartes, pretenderam realizar sua ambição pela magia,

pelos estudos cabalísticos e pela Astrologia, em que acreditavam mais que na religião cristã. O espírito renascentista expressou-se desde cedo no Humanismo, movimento intelectual que teve início e alcançou seu apogeu na Itália.

Este movimento conclamou a um Antropocentrismo em contrapartida ao Teocentrismo que prevaleceu por cerca de um milênio na Europa Ocidental. O homem passou a ser considerado a peça-chave, sendo inclusive comparado ao Todo-Poderoso já no sentido de colocar a nova mundividência em vigor.

De acordo com Cerqueira e Lopes (1995), o Humanismo Renascentista deve ser considerado um movimento intelectual de valorização da Antiguidade Clássica. Embora não sendo a rigor uma filosofia, representou um movimento de glorificação do homem, tornado centro de todas as indagações e preocupações.

A partir daí, segundo AmatuZZi (2001), é possível perceber o que simbolizou o Renascimento, e em particular o Humanismo, para o desenvolvimento do pensamento moderno e a sua importância na evolução da humanidade em termos gerais. Foi de grande valia que esse movimento ocorresse para que o homem fosse colocado no centro das preocupações e descobrisse que os acontecimentos não se davam graças a um Deus, mas graças à determinação humana em resolver os problemas que a vida lhe apresentava. Isso fez com que o homem deixasse de lado aquela sua concepção de um simples agente passivo frente ao mundo:

Na ética humanista o bem é a afirmação da vida, o desenvolvimento das capacidades do homem. A virtude consiste em assumir-se a responsabilidade por sua própria existência. O mal constitui a mutilação das capacidades do homem; o vício reside na irresponsabilidade perante si mesmo. (FROMM, 1974, p.27-28).

Segundo AmatuZZi (2001), o Humanismo afeta a psicologia não como uma teoria específica nem mesmo como uma escola, mas como um lugar comum onde se encontravam (ainda que com pensamentos diferentes) todos aqueles psicólogos insatisfeitos com a visão de homem implícita nas psicologias oficiais vigentes. O rótulo de psicologia humanista é apenas um episódio momentâneo de algo que tem um sentido maior: a presença de uma atitude humanista no interior da psicologia.

Neste sentido, a Psicologia Humanista aparece como uma forma de responder aos anseios da sociedade, com concepções que garantem a possibilidade de transformação que dependa apenas da vontade individual, como uma forma de as pessoas conceberem-se com base em suas próprias perspectivas, com suas

particularidades. Ela retoma, resgata a individualidade, a subjetividade, as emoções próprias e particularidades de cada ser humano.

Para se compreender melhor o que isto significou, voltaremos à maneira como ocorreu o surgimento da proposta da Psicologia Humanista no contexto do saber psicológico.

De acordo com Boainaim Júnior (1999), a Psicologia Humanista, criada por Abraham Harold Maslow e Anthony Sutich, dentre outros autores, surge entre as décadas de 50 e 60 em contraposição ao Behaviorismo e à Psicanálise clássica.

Maslow era psicólogo experimental na Universidade de Brandeis, mas seus interesses eram pouco ortodoxos, o que tendia a levá-lo ao isolamento profissional e intelectual. Desta forma, Maslow foi um crítico vigoroso do comportamentalismo e da psicanálise, particularmente da abordagem de personalidade de Sigmund Freud. Segundo Maslow citado por Schultz (2004), quando os psicólogos estudam somente exemplos anormais e emocionalmente perturbados da humanidade, ignoram qualidades humanas positivas, como felicidade, satisfação e paz de espírito. Em meados dos anos 50 criou uma rede de correspondência, Rede Eupsiquiana¹, através da qual mantinha contato com psicólogos cujas idéias eram parecidas com as dele. O interesse dessa rede era a saúde psicológica, negligenciada, segundo Maslow, pelas duas forças anteriores:

Devo confessar que acabei pensando nessa tendência humanista da Psicologia como uma revolução no mais verdadeiro e mais antigo sentido da palavra, o sentido em que Galileu, Darwin, Einstein, Freud e Marx fizeram revoluções, isto é, novos caminhos de perceber e de pensar, novas imagens do homem e da sociedade, novas concepções éticas e axiológicas, novos rumos por onde enveredar. (MASLOW, 1968, p.11).

Sutich foi o principal integrante da rede e ao lado de Maslow criou a revista intitulada Revista de Psicologia Humanista, dando origem, em 1961, à Psicologia Humanista.

No início do movimento e no lançamento da *Revista de Psicologia Humanista*, a seguinte introdução foi utilizada para assim descrever a proposta:

A Revista de Psicologia Humanística foi fundada por um grupo de psicólogos e de profissionais de outras áreas, de ambos os sexos,

¹ *Rede Eupsiquiana: rede de correspondência criada por Abraham Maslow para manter intercâmbio de artigos e discussões com psicólogos e grupos envolvidos em visões menos ortodoxas em relação às forças anteriores.* (BOAINAIM JÚNIOR, 1999, p.60).

interessados naquelas capacidades e potencialidades humanas que não encontram uma consideração sistemática nem na teoria positivista ou behaviorista, nem na teoria psicanalítica clássica, tais como criatividade, amor, self, crescimento, organismo, necessidades básicas de satisfação, auto-realização, valores superiores, transcendência do ego, objetividade, autonomia, responsabilidade, identidade, saúde psicológica, etc. (SUTICH *apud* BOAINAIM JÚNIOR, 1999, p. 29).

A partir do sucesso da revista, em 1963, foi fundada a Associação Americana de Psicologia Humanista e em 1964 esse novo movimento foi consolidado em uma conferência na qual compareceram grandes nomes inspiradores do movimento, inclusive Carl Rogers. Com sua rápida e sólida difusão a Psicologia Humanista se mostra hoje uma Força firmemente estabelecida e respeitada no panorama da psicologia mundial, generalizadamente reconhecida nos campos teórico, acadêmico e de aplicação.

Antes de dar continuidade às questões da Psicologia Humanista em si, é importante pararmos um instante para explicarmos um pouco sobre a teoria behaviorista e a teoria psicanalítica, só assim ficará claro o motivo pelo qual os psicólogos humanistas se uniram em “oposição” a estas teorias.

Segundo Schultz e Schultz (1998), os psicólogos humanistas acreditavam que o Behaviorismo, que foi inaugurado em 1913 pelo americano John B. Watson, era uma abordagem estreita, artificial e relativamente estéril da natureza humana. Isto aconteceu pelo fato de o Behaviorismo postular o comportamento como objeto da Psicologia. A ênfase no comportamento manifesto era, na visão dessa nova classe de psicólogos que surgia, desumanizante, pois reduzia-nos a animais ou máquinas. Esses novos psicólogos rejeitavam as visões deterministas e aquelas que vinculavam o homem ao seu ambiente. Acreditavam que uma psicologia baseada em respostas condicionadas discretas faz da pessoa um organismo mecanizado que apenas responde aos estímulos apresentados. Para tais psicólogos, os indivíduos não são organismos vazios, por isso não podem ser objetificados, quantificados e reduzidos a unidades de estímulo-resposta.

Schultz e Schultz (1998) dizem ainda que Watson colocou o comportamento como objeto da Psicologia, pois no momento em que o Behaviorismo esteve em evidência, isto dava consistência ao que os psicólogos da época vinham buscando na medida em que o comportamento era um objeto observável, mensurável, cujos experimentos poderiam ser reproduzidos em diferentes condições e sujeitos. Watson também defendia uma perspectiva funcionalista para a Psicologia, isto é, o

comportamento deveria ser estudado como função de certas variáveis do meio. Certos estímulos levam o organismo a dar determinadas respostas e isso ocorre porque os organismos se ajustam aos seus ambientes por meio de equipamentos hereditários e pela formação de hábitos. Mesmo tendo toda essa visão reducionista em relação ao homem, não podemos deixar de citar que foi a partir desta teoria que a Psicologia conseguiu alcançar seu *status* de ciência.

Apesar de Watson ter sido efetivamente o precursor do Behaviorismo, outros teóricos acabaram por acatar a sua idéia. Dentre eles, encontra-se B.F. Skinner. Skinner foi contemporâneo de Rogers, mas a sua visão de homem estava pautada na visão das Ciências Naturais. A partir dos estudos experimentalistas que já existiam, ele sistematizou e estruturou a causalidade entre a formação do comportamento e os estímulos provenientes do ambiente.

De acordo com Delabio *et al* (1999), Skinner aparece com uma nova teoria a respeito do comportamento humano. Preconizava a importância tanto dos comportamentos públicos (observáveis) quanto dos comportamentos privados (não observáveis). Para ele, todo indivíduo tem dois tipos de comportamento: “sob a pele” – que são os comportamentos privados, aqueles que somente o indivíduo tem acesso e “sobre a pele” – que são os eventos públicos, ou seja, que podem ser observados por qualquer indivíduo.

De acordo com Milhollan *et al* (1978), Skinner via a realidade como algo objetivo, logicamente dedutível. Na perspectiva do Behaviorismo Radical (nome dado à epistemologia criada por Skinner), o homem é um produto de seu meio, ou seja, está sempre em função das contingências ambientais as quais está exposto. Sendo assim, segundo essa premissa, desde que haja um determinado controle ambiental, obtém-se do indivíduo as respostas (comportamentos) desejadas.

Em relação à Psicanálise criada por Sigmund Freud em 1886, Schultz e Schultz (1998) afirmam que os humanistas se opunham às tendências deterministas encontradas na abordagem freudiana da psicologia, bem como à sua minimização do papel da consciência. A crítica centra-se, sobretudo, na visão pessimista, determinista e psicopatologizante, que atribuem à teoria de Freud, assim como na impessoalidade da técnica transferencial.

A característica essencial do trabalho psicanalítico é a decifração do inconsciente e a integração de seus conteúdos na consciência. Isto porque são estes conteúdos desconhecidos e inconscientes que determinam, em grande parte,

a conduta dos homens e dos grupos – as dificuldades para viver, o mal-estar, o sofrimento. Não iremos nos deter aos detalhes desta teoria porque é extremamente vasta e complexa; nos deteremos então, aos seus principais conceitos. Em 1900 Freud apresenta a primeira concepção sobre a estrutura e o funcionamento da personalidade e divide o aparelho psíquico em três instâncias: inconsciente, pré-consciente e consciente. Sua próxima teoria diz respeito à sexualidade infantil. Nesta descoberta, Freud postula as fases do desenvolvimento sexual infantil: fase oral, fase anal, fase fálica, latência e fase genital. No decorrer dessas fases vários processos e ocorrências sucedem-se. Desses eventos destaca-se o complexo de Édipo, pois é a partir dele que ocorre a estruturação da personalidade do indivíduo. Outra importante descoberta desta teoria é a remodelação da primeira teoria sobre o aparelho psíquico e a introdução dos conceitos de id, ego e superego.

Figueiredo e Santi (2002) afirmam que a concepção do inconsciente poderia ser tomada de forma simples num referencial romântico do século XIX. Porém, a concepção de que a subjetividade humana é fracionada e incompleta, de que o “eu” não é a totalidade nem o centro do psiquismo pode ser original, principalmente porque a idéia de que o “eu” não é o centro não pode ser substituída pela crença de que “outra coisa” seja o centro. Na teoria de Freud não se pensa em *self*, num “eu” verdadeiro ou numa natureza íntima. Não há um centro do inconsciente. Sendo assim, pode-se entender a psicanálise como uma teoria racionalista que, no entanto, se defronta com os limites do representado.

Segundo Matson (1975), a Psicanálise, apesar de todas as suas diferenças com o Behaviorismo, concorda com a imagem fundamental do homem como máquina de estímulo-resposta, embora os estímulos que impõem sua vontade ao ser humano provenham de dentro e não de fora. O determinismo de Freud não era ambiental, como o de Watson, mas psicogenético; não obstante, era um determinismo e deixava pouca margem para a espontaneidade, a criatividade, a racionalidade ou a responsabilidade.

A partir disso, a Psicologia Humanista sustenta a posição de que as imagens de homem apresentadas por esses dois sistemas teóricos apenas são partes que contribuem para um todo maior e, portanto, incompletas. Assim, foi em resposta à forma limitadora de psicologia promovida pelo Behaviorismo e pela Psicanálise que os psicólogos humanistas apresentaram sua alternativa como a terceira força em psicologia:

Para simplificar a questão, é como se Freud nos tivesse fornecido a metade doente da Psicologia e nós devêssemos preencher agora a outra metade sadia. Talvez essa Psicologia da Saúde nos proporcione mais possibilidades para controlar e aperfeiçoar as nossas vidas e fazer de nós melhores pessoas. Talvez isso seja mais proveitoso do que indagar “como ficar *não-doente*”. (MASLOW, 1968, p.30).

Deste modo, a terceira força, coloca o homem, a pessoa humana e sua experiência, no centro de seus interesses. As suas prioridades são determinadas, pois, pelos autênticos problemas humanos que surgem à vista, nitidamente enfocados. É extremamente sensível e resistente à sedutora tentação de modelar o homem de acordo com uma teoria, em vez de talhar uma teoria que revele o homem em sua plenitude e esteja em mais íntima harmonia com a natureza humana.

A Psicologia Humanista enfatiza a saúde, o bem-estar e o potencial humano de crescimento e de auto-realização. Assim, a volta ao humano como objeto de estudo é uma das bandeiras do movimento, importante a ponto de fornecer-lhe o título designativo. Qualidades e capacidades humanas, tais como valores, criatividade, sentimentos, identidade, vontade, coragem, liberdade, auto-realização, entre outros, fornecem temas de estudo típicos das abordagens humanistas.

Boainaim Júnior (1999) afirma que, ao contrário do acontecido com as Forças anteriores, a Psicologia Humanista não se limita ao pensamento de um determinado autor ou escola; é um movimento congregador de diferentes tendências, destacando-se as seguintes: teorias neo-psicanalistas, gestaltistas, holistas, psicologias existenciais, escolas americanas de psicologia da personalidade, dentre outros.

As teorias de discípulos dissidentes de Freud, como Alfred Adler, Carl Gustav Jung, Wilhelm Reich e Sandor Ferenczi foram importantes influências em relação ao trabalho de destacados humanistas; o mesmo ocorreu com psicanalistas americanos, tais como, Karen Horney, Harry Stack Sullivan, Erik Erikson e toda a corrente de Psicanalistas do Ego e Culturalistas em geral. Também aderiram ao movimento, psicanalistas não ortodoxos como Erich Fromm e Joseph Nuttin.

De um modo geral, o que esses autores criticavam era a idéia freudiana de que a personalidade é determinada por forças biológicas e eventos passados. Discordavam, também, da noção de que as pessoas são governadas por forças inconscientes. Acreditavam que as pessoas são primordialmente seres conscientes

que possuem espontaneidade e livre-arbítrio e são pelo menos tão influenciadas pelo presente e pelo futuro quanto pelo passado. Eles creditavam à personalidade humana o poder criativo de moldar a si mesma.

Este movimento também sofreu influência da psicologia alemã, em especial a visão holista e organísmica do ser humano e seu envolvimento ambiental, além da Psicologia da Gestalt (Max Wertheimer, Kurt Koffka, Wolfgang Köhler).

Segundo Wertheimer citado por SCHULTZ e SCHULTZ (1998), os gestaltistas acreditavam que a psicologia deveria abordar a consciência a partir da perspectiva da totalidade. Alguns psicólogos afirmaram que a semelhança entre a psicologia da Gestalt e a psicologia humanista é tão forte que não há razão para dar ao movimento mais novo nenhum outro nome. Eles acreditam que o rótulo Gestalt é adequado para descrever os temas compreendidos pela psicologia humanista.

E ainda, da contribuição gestáltica, não pode ser esquecido Fritz Perls, que, em suas originais leituras da Psicanálise, da Psicologia da Gestalt e do Existencialismo, foi, com a Gestalt-Terapia por ele criada, uma das presenças mais marcantes no extraordinário sucesso e desenvolvimento da Psicologia Humanista nas décadas de 60 e 70.

As obras existencialistas também auxiliaram de forma efetiva na construção da psicologia humanista, principalmente a partir de 1959, quando Rollo May organiza o primeiro simpósio americano sobre psicologia existencial, para o qual são convidados expoentes e futuros líderes do movimento humanista, como Abraham Harold Maslow e Carl Ransom Rogers.

Segundo Bühler (*in*: GREENING, 1975), a psicologia humanista foi amplamente enriquecida com a perspectiva fenomenológica e existencial, ao ponto de por vezes ser denominada Psicologia Humanista-Existencial.

De uma maneira geral, o movimento humanista acabou por absorver a maioria dos psicólogos existenciais americanos, recebendo também a adesão de pelo menos um teórico europeu de destaque, Viktor Frankl, criador da logoterapia.

Outra importante influência na constelação do movimento humanista, diz respeito à afluência de importantes escolas de Psicologia da Personalidade desenvolvidas nos EUA. Afora a sempre lembrada homenagem póstuma aos pragmatistas John Dewey e William James, destacados teóricos independentes como Gordon Allport, G. Murphy, Henry Murray, George Kelly e Edward Ellis, assim

como toda a escola de Psicologia do Self, se associaram ao movimento em diferentes graus de apoio e envolvimento.

Por se tratar de uma nova tendência com idéias e experimentações pouco ortodoxas, a Psicologia Humanista não demorou a integrar como simpatizantes e proponentes toda a gama de marginais contestadores do sistema. Entre as tendências que se aproximaram da Psicologia Humanista, destacam-se as novas psicoterapias que vinham se desenvolvendo a partir do trabalho mais ou menos independente de seus criadores, como a Terapia Primal, a Análise Transacional e a Psicossíntese, as escolas e as técnicas de trabalho não-verbal e corporal, as variadas formas de trabalho intensivo com grupos que se associaram ao movimento de grupos de encontro e terapeutas envolvidos na experimentação alternativa de técnicas de desenvolvimento pessoal ou simplesmente navegando em uma superficial e consumista adesão à nova onda.

Feita esta apresentação histórica, abordaremos as características fundamentais da Psicologia Humanista, a partir das quais iremos nortear todo o nosso trabalho.

Segundo Bugental citado por Justo (1987), a psicologia humanista possui cinco postulados básicos e seis orientações. Os cinco postulados são:

[...] o homem, como homem, é mais do que a soma das partes; o homem tem seu ser num contexto humano: sua natureza se expressa na relação com outros homens; o homem é consciente: seja qual for o grau de consciência, esta é a parte essencial do ser humano; o homem tem a capacidade de escolha: quando consciente, o homem é consciente de ser mais que mero espectador – sente-se participante da experiência; o homem é intencional: busca, a um tempo, situação homeostática e desequilíbrio, variedade. (JUSTO, 1987, p.191-192).

As seis orientações são:

[...] a Psicologia Humanista preocupa-se com o homem: é fundamentada sobre o interesse do homem pelo homem, sendo uma expressão deste interesse; quanto à metodologia, a Psicologia Humanista valoriza mais o significado do que o procedimento; busca validações humanas preferencialmente a não-humanas: o critério último é a experiência humana; aceita o relativismo de todo conhecimento: postula um universo de infinitas possibilidades – todo conhecimento é sujeito a mudança; enfatiza a direção fenomenológica: insiste em que o foco de seu interesse é a experiência do ser humano; não relega as contribuições de outros pontos de vista, mas tenta complementá-las e situá-las numa concepção mais ampla da experiência humana. (JUSTO, 1987, p.192).

De acordo com AmatuZZi (2001), enxergando o homem como um todo complexo e organicamente integrado, cujas qualidades únicas vêm de sua configuração total, os humanistas rejeitam as concepções elementaristas e fragmentadoras da psique. Assim, concebem o homem como marcado pela necessidade, que vêm como intrínseca a todo organismo vivo, de atualizar seu potencial e se tornar a totalidade mais complexa, organizada e autônoma de que for capaz. Essa hipótese de necessidade de auto-realização fornece, em diversas versões, a teoria básica de motivação da maioria das psicologias humanistas.

Vendo o homem como um ser em busca e em construção de si mesmo, cuja natureza continuamente se desvela e exprime no realizar de suas possibilidades e na atualização de seu potencial, compreendem os humanistas que só se é pessoa, só se é realmente humano, no autêntico, livre e integrado ato de se desenvolver. Daí o generalizado consenso, que alguns entendem como a característica mais marcante da visão de homem, que a Psicologia Humanista apresenta, em rejeitar concepções estáticas da natureza humana, considerada antes como algo fluido: uma tendência para crescer, um movimento de sair de si, um projetar-se, um devir, um incessante tornar-se, um contínuo processo de vir a ser (BOAINAIM JÚNIOR, 1999).

Segundo Matson (1975), a grande diferença da Psicologia Humanista se dá mediante o respeito pela pessoa – o reconhecimento do outro não como um caso, ou um objeto, ou um campo de forças, ou um feixe de instintos, mas como ele mesmo. A ênfase sobre a pessoa humana, sobre o indivíduo em sua totalidade e unicidade é uma característica central dessa nova força em Psicologia.

Segundo Boainaim Júnior (1999), os humanistas tendem a acordar que a Psicologia deve se afirmar em um modelo de ciência do homem, respeitando e se adaptando às especificidades de seu objeto de estudo. De um modo geral, a Psicologia Humanista não se opõe aos parâmetros de racionalidade e objetividade empírica, quando utilizados na busca de explicação, controle e previsão dos fenômenos do mundo das coisas. Entretanto, quando se trata do homem, que os humanistas entendem como tão distinto do restante da criação, em maior ou menor grau, opõe-se a diversos princípios e procedimentos consagrados em modelos de ciência natural e nas propostas de psicologia das Forças a que se opõe.

Ainda na perspectiva de Boainaim Júnior (1999), o instrumental de pesquisa e investigação desenvolvido e utilizado sob a égide da Terceira Força é bastante rico e diversificado. As contribuições mais significativas e características podem ser rapidamente lembradas: fenomenologia, aí incluídas as chamadas pesquisas qualitativas; a crescente consideração da influência da pessoa do investigador nos experimentos; a larga realização dos estudos idiográficos; e o eclético e criativo uso com que investigadores humanistas renovam abordagens mais tradicionais de pesquisa.

Segundo o autor acima citado, é no campo das psicoterapias e técnicas de crescimento pessoal, mais do que em qualquer outro, que a contribuição da psicologia humanista é especialmente exuberante e espetacular, resultando numa verdadeira revolução nos conceitos e formas de ajuda psicológica. Para a Psicologia Humanista, o objetivo de qualquer tratamento pode ser formulado numa frase quase redundante: levar a pessoa a ser ela mesma. Propiciar ao cliente a conquista de uma existência autêntica, autoconsciente, transparente, espontânea, verdadeira, congruente e natural, sem máscaras, jogos, couraças ou divisões internas: eis o que pretendem os humanistas.

A ênfase na saúde em vez de na doença, assim como a proposta de desenvolvimento do potencial humano, tem levado as terapias humanistas a entender suas técnicas de ajuda muito mais como formas de estimular o desenvolvimento e a aprendizagem do que como tratamento de enfermidades, disfunções ou anomalias psíquicas.

Para Amatuzzi (2001), a aceitação da tendência inata e intrínseca para o crescimento e auto-realização favorece a compreensão do terapeuta antes como um facilitador do que alguém que atua sobre o outro. A ênfase no fluir constante, na liberdade e na singularidade de cada ser, tende a não priorizar apenas os planejamentos, os objetivos e as estratégias, e a desenvolver uma atitude de abertura ingênua e incondicional ao que vem do outro em seu processo de desenvolvimento e auto-criação.

Conheceremos, agora, um pouco da história daqueles que foram os precursores dessa nova forma de fazer Psicologia: Abraham Harold Maslow e Carl Ransom Rogers, pois, de acordo com Rogers (1977), *“só se pode compreender adequadamente um pensamento quando se conhece algo do contexto cultural e pessoal em que este tem sua origem.”* (p.145).

2 ABRAHAM HAROLD MASLOW (1908-1970): HISTÓRIA E PRINCIPAIS CONCEITOS

É de fundamental importância um breve histórico sobre a vida de Abraham H. Maslow, que deixou-nos um legado. Seu trabalho pioneiro no campo da Psicologia Humanista marcou permanentemente a forma como visualizamos a nós mesmos, as nossas vidas e as instituições. É a partir de sua teoria sobre a motivação humana e, em especial, seu conceito de auto-realização que iremos desenvolver nossa pesquisa.

Segundo Hoffman citado por SCHULTZ e SCHULTZ (1998), Maslow, nascido no Brooklyn, Nova York, teve uma infância infeliz. Seu pai era um alcoólatra e perverso distante que desaparecia por longos períodos de tempo. Sua mãe era muito supersticiosa, e punia o filho pelo mínimo comportamento incorreto, rejeitando-o abertamente em favor dos seus dois filhos mais novos. Ele nunca perdoou sua atitude e seu comportamento para com ele e, quando ela morreu, recusou-se a ir ao funeral. Essas experiências tiveram sobre Maslow um efeito que durou toda a vida. *“Todo o impulso da minha filosofia de vida”,* escreveu ele, *“e todas as minhas pesquisas e teorias... têm suas raízes no ódio e na revolta contra tudo o que ela representava.”* (p.395).

Ele se inscreveu na Universidade Cornell, onde seu primeiro curso de psicologia foi, segundo ele, *“terrível e exangue, nada tendo que ver com as pessoas; por isso dei de ombros e o abandonei.”* (HOFFMAN *apud* SCHULTZ e SCHULTZ, 1998, p.396). Maslow, segundo Schultz (2004), transferiu-se para a Universidade de Wisconsin onde descobriu a psicologia comportamentalista de John B. Watson, líder da revolução que queria fazer da psicologia uma ciência do comportamento. O seu treinamento em psicologia experimental compreendeu o estudo sobre dominação e comportamento sexual em primatas. Doutorou-se em 1934.

Nos dizeres de Bennis (*in*: MASLOW, 2001), Maslow iniciou sua carreira como professor de psicologia no *Brooklyn College*, onde a incomum combinação de confiança em sua disciplina com humildade pessoal o tornou muito popular entre seus alunos. No final da década de 1930 e no início da de 1940, teve a oportunidade de entrar em contato com a onda de intelectuais emigrantes da Alemanha nazista, incluindo Erich Fromm, Karen Horney e Alfred Adler. Também conheceu o psicólogo

da *Gestalt* Max Wertheimer e a antropóloga norte-americana Ruth Benedict. Sua admiração por eles despertou suas idéias sobre auto-realização. Em 1941, escreveu seu primeiro livro sobre psicologia. Com a II Guerra Mundial e perante uma situação internacional cada vez mais conflituosa, Maslow dedicou-se ao desenvolvimento de uma teoria da motivação humana. Trabalhou para aprimorar a personalidade humana e demonstrar que as pessoas são capazes de exibir comportamentos melhores que o preconceito, o ódio e a agressão. As questões-chave desta teoria eram: *“o que é que as pessoas pretendem da vida? De que é que necessitam para serem felizes? O que é que faz com que procurem certos objetivos?”* E, em termos mais concretos, *“o que é que as faz seguir fielmente Hitler ou Stalin?”* (MASLOW *apud* BUENO, 2002, s/p). Em 1943 escreveu o texto mais influente de sua carreira, que centrava a teoria da motivação no que designou por pirâmide ou hierarquia das necessidades humanas. Durante a guerra, Maslow aplicou esta teoria à melhoria do mundo. *“A sociedade ideal é a que permite que cada pessoa aproveite o seu potencial máximo.”* (MASLOW *apud* BUENO, 2002, s/p). Deixou o *Brooklyn College* para se tornar o presidente do Conselho do Departamento de Psicologia da *Brandeis University*. Entre 1967 e 1968 foi presidente da *American Psychological Association* (BENNIS *in*: MASLOW, 2001, p. XXIII).

Na perspectiva de Schultz e Schultz (1998), Maslow, considerado o pai espiritual da psicologia humanista, desviou-se dos caminhos de profissionais e acadêmicos behavioristas e freudianos para postular uma teoria mais esclarecida sobre a raça humana. Desejava compreender as mais elevadas realizações que os seres humanos são capazes de alcançar. Segundo Maslow citado por SCHULTZ (2004), *“quando os psicólogos estudam somente exemplos anormais e emocionalmente perturbados da humanidade, ignoram qualidades humanas positivas, como felicidade, satisfação e paz de espírito.”* (p.290). Para isso, estudou uma pequena amostra das pessoas mais saudáveis psicologicamente que pôde encontrar a fim de determinar de que maneira diferiam das pessoas cuja saúde mental não passava da média. A partir desse estudo, desenvolveu uma teoria da personalidade que se concentra na motivação para crescer, para se desenvolver e realizar o eu a fim de concretizar de modo pleno as capacidades e potencialidades humanas.

Como citado anteriormente, foi reconhecido por sua Hierarquia das Necessidades e pelo conceito de auto-realização como principal força motivadora; acreditava que os seres humanos aspiravam tornarem-se auto-realizados. Ele visualizava o potencial humano como um território vastamente subestimado e inexplicado (BENNIS *in*: MASLOW, 2001). Segundo Schultz (2004), Maslow concluiu que cada pessoa nasce com as mesmas necessidades instintivas que nos capacitam a crescer, a nos desenvolver e a realizar nossos potenciais.

Esta Hierarquia das Necessidades surgiu a partir da observação de que algumas necessidades fisiológicas, em níveis muito elevados, monopolizam a atenção do ser humano, mas, uma vez satisfeitas, dão espaço a outras necessidades. Não somos impulsionados por todas as necessidades ao mesmo tempo. Geralmente, apenas uma dominará nossa personalidade. Qual delas será vai depender de quais das outras terão sido satisfeitas. Na perspectiva de Schultz (2004), Maslow descreveu essas necessidades como *instintóides*, às quais conferia um componente hereditário. No entanto, elas podem ser influenciadas ou anuladas pelo aprendizado, pelas expectativas sociais e pelo medo de desaprovação. Embora venhamos dotados dessas necessidades ao nascer, os comportamentos que efetuamos para satisfazê-las são aprendidos e, portanto, sujeitos a variação de uma pessoa para outra. Sendo assim, as necessidades foram divididas por Maslow em cinco categorias, cada uma delas representada por um “degrau” da hierarquia:

Uma relação adicional entre segurança e crescimento deve ser especialmente mencionada. Segundo parece, o crescimento tem lugar, habitualmente, através de pequenos passos e cada passo em frente só é possível mediante a sensação de se estar seguro, de se operar em campo desconhecido a partir de uma base de apoio onde se pode regressar em segurança, de se avançar com audácia porque a retirada é possível. (MASLOW, 1968, p.76).

Abaixo segue a pirâmide da Hierarquia das Necessidades:

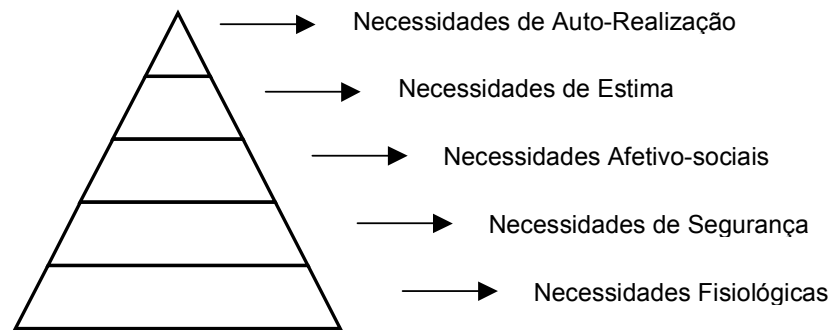


Figura 1: Hierarquia das Necessidades

Tal como nos afirma Bueno (2002), Maslow teoriza que as cinco categorias estão dispostas numa hierarquia, desde as necessidades de ordem mais baixa (fisiológicas), até as de ordem mais alta (auto-realização). Esta hierarquia determina a prioridade que estará em vigência quando houver mais de um tipo de necessidade insatisfeita. Segundo Maslow (1968), as diferentes necessidades básicas relacionam-se numa ordem hierárquica, de tal modo que a satisfação de uma necessidade e sua conseqüente remoção do centro do palco provocam o aparecimento, na consciência, de outra necessidade “mais alta”; a carência e o desejo continuam, mas em nível “superior”. Desta forma, Maslow demonstra que o comportamento é sempre determinado pela categoria de necessidades de mais baixa ordem que permanecer insatisfeita. Sendo assim “*o apetite de crescimento é estimulado pela satisfação, não aliviado*” (MASLOW, 1968, p.57). Conforme Chiavenato citado por Bueno (2002), a escalada da pirâmide não depende apenas de condições oferecidas, mas também das circunstâncias de vida de cada pessoa. Segundo Schultz (2004), as necessidades superiores surgem mais tarde na vida, as fisiológicas e de segurança emergem na infância, as de afiliação e de estima aparecem na adolescência e a de auto-realização apenas na meia-idade:

Portanto, podemos considerar o processo de crescimento sadio uma série interminável de situações de livre escolha, com que cada indivíduo se defronta a todo instante, ao longo da vida, quando deve escolher entre os prazeres da segurança e do crescimento, dependência e independência, regressão e progressão, imaturidade e maturidade. A segurança tem suas angústias e seus prazeres; o crescimento tem suas angústias e seus prazeres. Progredimos quando os prazeres do crescimento e a ansiedade da segurança são maiores do que a ansiedade do crescimento e os prazeres da segurança. (MASLOW, 1968, p.74).

Segundo Fadiman e Frager (1986), as **necessidades fisiológicas** estão relacionadas com a fome, o cansaço, o sono, o desejo sexual, respiração e eliminação. Essas necessidades dizem respeito à sobrevivência do indivíduo e da espécie, e constituem pressões fisiológicas que levam o indivíduo a buscar ciclicamente a sua satisfação; as **necessidades de segurança** referem-se à proteção e estabilidade. Levam o indivíduo a proteger-se de qualquer perigo real ou imaginário, físico ou abstrato. A procura de segurança, o desejo de estabilidade, a fuga ao perigo, a busca de um mundo ordenado e previsível são manifestações típicas destas necessidades de segurança. Como as necessidades fisiológicas, as de segurança também estão relacionadas com a sobrevivência do indivíduo; as **necessidades afetivo-sociais** estão relacionadas com a vida associativa do indivíduo com outras pessoas. Amor, afeição, sentimento de equipe e participação levam o indivíduo à adaptação social ou à inadaptação social. As relações de amizade, a necessidade de dar e receber afeto, a busca de amigos e a participação em grupos estão ligadas a este tipo de necessidade; as **necessidades de estima** são relativas à auto-avaliação e auto-estima dos indivíduos. A satisfação destas necessidades de estima conduz a sentimentos de autoconfiança, auto-apreciação, reputação, reconhecimento, amor próprio, prestígio, *status*, valor, poder, capacidade e utilidade. A sua frustração pode produzir sentimentos de inferioridade, fraqueza e desamparo; as **necessidades de auto-atualização** dizem respeito ao desejo de cumprir a tendência que cada indivíduo tem de realizar o seu potencial, autodesenvolvimento, crescimento. É a tendência de se tornar tudo que alguém pode se tornar. É a liberdade para se concretizar as próprias idéias, tentar novas coisas, tomar decisões e cometer erros.

Maslow, em sua obra “Introdução à Psicologia do Ser” (1968), afirma existirem dois tipos de satisfação de necessidades: por *déficit* e de crescimento, sendo que ambas têm efeitos subjetivos e objetivos sobre a personalidade. “*Se me permitem enunciar o que pretendo dizer aqui de uma forma generalizada, os termos são os seguintes: a satisfação de deficiências evita a doença; as satisfações do crescimento produzem a saúde positiva.*” (MASLOW, 1968, p.58).

Ainda na perspectiva do mesmo autor, em algum momento da vida todas as pessoas compartilham das necessidades deficitárias, na medida em que os *déficits* são requisitos da espécie e devem ser ordinariamente satisfeitos, de maneira razoável, antes da individualidade real poder desenvolver-se plenamente. Tal como

as plantas e os animais precisam do ambiente, também todas as pessoas necessitam de segurança, amor e *status* em seu próprio meio. Desta forma, uma vez saciadas as necessidades elementares de toda a espécie, cada ser humano passa a desenvolver-se em seu estilo próprio, singularmente, usando essas necessidades para seus fins particulares. *“Num sentido muito significativo, o desenvolvimento torna-se, pois, mais determinado de dentro para fora do que de fora para dentro.”* (MASLOW, 1968, p.60).

Baseado no que já foi explicitado, podemos dizer que as pessoas, quando motivadas pela satisfação de necessidades geradas por *déficits*, apresentam considerável dependência do ambiente, visto que suas necessidades (segurança, filiação, relações de amor e respeito) só podem ser satisfeitas por outras pessoas. Nesse caso, conforme Maslow (1968), o ser humano é a variável dependente; o ambiente é a variável fixa, independente. Por outro lado,

o indivíduo motivado pela satisfação de necessidades de crescimento, aquele que, por definição, satisfaz as suas necessidades básicas, é muito menos dependente, está muito menos vinculado, é muito mais autônomo e egodirigido. (MASLOW, 1968, p.61).

Nesse sentido, quanto maior for a concentração em satisfazer suas necessidades deficitárias, menor será sua habilidade para focar-se no seu crescimento. Ou seja, se o indivíduo não está sadio em suas necessidades primordiais, não fará escolhas capazes de impulsioná-lo à individuação.

Ademais, Maslow escreveu centenas de artigos sobre tópicos que vão da criatividade, passando por técnicas de gerenciamento esclarecidas e motivação humana, até a auto-atualização (BENNIS *in*: MASLOW, 2001).

Após uma breve explicação sobre alguns conceitos da teoria de Maslow, abordaremos algumas idéias de um outro teórico de fundamental importância para o advento da Psicologia Humanista: Carl R. Rogers.

3 CARL RAMSON ROGERS (1902-1987): SUA VIDA E PRINCIPAIS ETAPAS DE SUA PROPOSTA TEÓRICA

Carl Ramson Rogers nasceu em janeiro de 1902, em *Ork Park*, subúrbio de Chicago, onde morou até 12 anos de idade, quando seu pai comprou uma fazenda, onde foram viver. Membro de uma família cuja religião era rigorosamente fundamentalista, Rogers viveu numa atmosfera familiar repressiva (ROGERS, 1977).

No campo, Rogers se ocupava de zoologia e botânica. Ao ingressar no Liceu da Wisconsin, dedicou-se à agricultura. Neste ambiente passou a interessar-se pelos métodos experimentais da agricultura e da criação de gado, dedicando-se intensamente a estes estudos. Segundo o próprio autor, “*Desde estes primeiros contatos com o método experimental, nunca mais deixei de sentir uma atração e um respeito cada vez maiores pela maneira científica de abordar um problema e de promover o conhecimento.*” (ROGERS, 1977, p.145). Sua participação ativa como estudante de religião levou-o, posteriormente, a mudar do estudo da agricultura para a história, julgando ser esta uma melhor preparação para uma futura vida profissional: “[...] *desisti da agricultura científica a favor do sacerdócio – uma pequena mudança!*” (ROGERS, 1977, p.19).

Em 1924, Rogers decide entrar no *Union Theological Seminary*, nesse tempo o seminário mais liberal do país. Tal instituição defendia a liberdade de pensamento e respeitava qualquer esforço de reflexão sincera, mesmo se este esforço terminasse por afastar o indivíduo da fé. Ficou lá por dois anos, tempo em que desiste de sua vocação religiosa. Aos poucos seu interesse vai passando da religião para a psicologia:

Abandonei, pois, o estabelecimento em questão, e entrei para o *Teachers College* da *Columbia University*. Nessa época a influência de John Dewey estava no seu apogeu e fui iniciado em suas concepções por seu discípulo W. H. Kilpatrick. Foi igualmente no *Teachers College* que descobri a psicologia clínica através do ensinamento, impregnado de bom senso e de calor humano, de Leta Hollingworth. (ROGERS, 1977, p.146).

Em 1928 tem início sua vida profissional. Essa se deu em um centro de orientação infantil, localizado em Rochester, onde foi diretor de uma clínica psicopedagógica. Trabalhou nesse centro por doze anos, onde em 1939 escreveu

seu primeiro livro "*Clinical Treatment of the Problem Child*" (O Tratamento Clínico da Criança Problema), sendo que a edição deste livro foi responsável pelo convite recebido por Rogers para assumir no ano seguinte o cargo de professor na Universidade de Ohio, onde ficou por cinco anos. "*Tenho a certeza de que a única razão de minha admissão foi ter publicado a minha obra Clinical Treatment of the Problem Child que elaborara a custo durante o período de férias ou em curtos feriados.*" (ROGERS, 1977, p.25).

Em dezembro de 1940, apresentou as idéias da sua primeira obra em uma conferência na Universidade de Minnesota e deparou-se com reações extremamente fortes. "*Foi a minha primeira experiência do fato de ser possível que uma das minhas idéias, que a mim me parecia brilhante e extremamente fecunda, pudesse representar para outrem uma grande ameaça.*" (ROGERS, 1977, p.25).

Antes de 1942 publica "*Counselling and Psychotherapy*", descrevendo o que, de alguma maneira, lhe parecia ser uma orientação mais eficaz da terapia. De 1944 a 1957, Rogers fica em Chicago, leciona psicologia e cria um centro de aconselhamento na universidade. Em 1947 é eleito presidente da Associação Americana de Psicologia:

Em 1947, esbocei uma série provisória de proposições teóricas relativas à organização da personalidade (*Some observations on the organization of personality*). Quatro anos mais tarde, iniciei um primeiro ensaio de apresentação de uma teoria da personalidade e da terapia (*Client-Centered Therapy*). (ROGERS, 1977, p.144).

Segundo Wood (1997), a participação de Rogers na Associação Americana de Psicologia, foi extremamente importante no reconhecimento que a sociedade norte-americana passou a dedicar ao papel do psicólogo clínico, aceitando-o também como psicoterapeuta. A prática de Rogers no campo do Aconselhamento Psicológico fortaleceu o reconhecimento de seu trabalho como relativo à psicoterapia. Tal prática, até então exclusiva de médicos psiquiatras, passou a fazer parte do campo de atuação do psicólogo.

Do seu primeiro livro em diante, Rogers passa a desenvolver trabalhos e publicar vários livros e artigos. Ele criou e promoveu a "terapia centrada no cliente", foi o pioneiro no movimento de grupos de encontro e um dos fundadores da Psicologia Humanista. Em 1964 muda-se para La Jolla, Califórnia, onde passa a

dedicar-se à psicoterapia e as atividades de grupo, permanecendo neste local até sua morte em 1987.

Embora sua posição e filosofia tenham mudado bastante ao longo de sua vida, sua visão permaneceu consistentemente otimista e humanista:

Sinto pouca simpatia pela idéia bastante generalizada de que o homem é fundamentalmente irracional e que os seus impulsos, quando não controlados, levam à destruição de si e dos outros. O comportamento humano é extremamente racional, evoluindo com uma complexidade sutil e ordenada para os objetivos que o seu organismo se esforça para atingir. A tragédia, para muitos de nós, deriva do fato de as nossas defesas nos impedirem de surpreender essa racionalidade, de modo que estamos conscientemente a caminhar numa direção, quando organicamente seguimos outra. (ROGERS *apud* FADIMAN; FRAGER, 1979, p. 222).

A teoria de Rogers desenvolveu-se essencialmente a partir de sua própria experiência clínica. Ele sente que conservou a objetividade evitando a estreita identificação com qualquer escola ou tradição específica:

Na verdade, nunca pertenci a qualquer grupo profissional. Fui educado por, ou tive íntimas relações de trabalho com psicólogos, psicanalistas, psiquiatras, psiquiatras sociais, assistentes sociais, educadores e religiosos, mas nunca senti que pertencia de fato num sentido total ou comprometido, a qualquer um desses grupos... Para que não se diga que tenho sido profissionalmente um completo nômade, acrescentaria que os únicos grupos aos quais na realidade pertenci algum dia foram os intimamente ligados, forças de trabalho agradáveis que organizei ou ajudei a organizar. (ROGERS *apud* FADIMAN; FRAGER, 1979, p. 225).

Rogers, no volume I de uma de suas principais obras, intitulada “*Psicoterapia & Relações Humanas: Teoria e Prática da Teoria Não-Diretiva*” define uma série de conceitos a partir dos quais delinea teorias da personalidade e modelos de terapia, mudança da personalidade e relações interpessoais. É necessário esclarecer que explicaremos detalhadamente apenas alguns desses conceitos, escolhidos de acordo com a relevância em relação ao tema proposto por este trabalho.

Iniciaremos então com o conceito de “Campo da Experiência, Experiência ou Campo Fenomenológico”. Tal conceito se define, de acordo com Rogers (1977), como sendo tudo o que se passa no organismo em qualquer momento e que está potencialmente disponível à consciência². Inclui eventos, percepções, sensações e

² *Consciência*: “A consciência corresponde à representação ou à simbolização (não necessariamente verbal) de uma parte da experiência vivida. Esta simbolização pode apresentar graus variados de intensidade, desde o vago sentimento de presença de um objeto qualquer até a consciência aguda deste objeto... Quando uma

impactos dos quais a pessoa não toma consciência, mas poderia tomar se focalizasse sua atenção nesses estímulos. Desta forma, tanto os acontecimentos conscientes quanto os fenômenos inconscientes fazem parte de tal noção. Vale destacar que esse conceito é relativo aos dados imediatos da consciência, não a uma acumulação de experiências passadas. É um mundo privativo e pessoal que pode ou não corresponder à realidade objetiva.

Os próximos conceitos a serem discutidos são o de “*Eu*” e “*Eu Ideal*”. Rogers considera o “eu” como sendo uma “configuração experiencial” composta de percepções³, valores, sentimentos e emoções que se referem ao próprio indivíduo, às suas relações com o outro, com o meio e com a vida em geral. Para ele, tal configuração se encontra num estado de fluxo contínuo, isto é, muda constantemente, ainda que seja sempre organizada e coerente. Rogers em uma entrevista a Evans diz:

A meu ver, o “eu” inclui todas as percepções que o indivíduo tem de seu organismo, de sua experiência, e do modo como essas percepções se relacionam com outra percepção e objetos no seu ambiente, e com todo o mundo exterior. (ROGERS *in*: EVANS, 1979, p.49).

Outra característica importante desta configuração experiencial é que ela é disponível à consciência – ainda que não seja necessariamente consciente ou plenamente consciente.

O “eu” não é uma entidade estável, imutável; Rogers usa esse termo para se referir ao contínuo processo de reconhecimento. É a visão que a pessoa tem de si própria, baseada em experiências passadas, estimulações presentes e expectativas futuras.

A partir do que foi dito anteriormente e nos apropriando de algumas determinações citadas por Guedes (1981), podemos destacar algumas características funcionais do “eu”: por intermédio do “eu” se institui a interação do “organismo” com o mundo existencial; o “eu” pode ou não incorporar características alheias ou valores do “outro”, percebendo-os como seus; busca obter firmeza,

experiência é suscetível de ser simbolizada sem nenhuma dificuldade, sem ser deformada pela ação das defesas, dizemos que ela é acessível ou disponível à consciência.” (ROGERS; KINGET, 1977, p.163).

³ *Percepção: quando alguma “coisa” é anunciada à consciência, o organismo em seguida atribui um significado. Rogers afirma: “Para mim, percepção é realidade, no que diz respeito ao indivíduo... conhecemos o que é percebido, e procuramos testá-lo de várias maneiras. Se a ‘coisa’ parece ser percebida do mesmo modo, sob vários aspectos diferentes, consideramo-la real. O mundo da realidade do indivíduo é a sua própria percepção, com os significados que ele atribui aos seus aspectos.” (EVANS, 1979, p.43-44).*

constância e coerência para a eficiência do ajustamento pessoal e social; o “organismo” reage de forma coerente com o “eu”, garantindo-lhe o equilíbrio global; toda e qualquer experiência que não seja condizente com a estrutura do “eu” será percebida como ameaçadora⁴; à medida que a pessoa muda, como resultado de novas aprendizagens, de novas experiências e da própria maturidade psíquica, a estrutura do “eu” também sofrerá mudanças.

Em relação ao “*Eu Ideal*”, podemos dizer que tal conceito se refere ao “conjunto das características que o indivíduo desejaria poder reclamar como descritivas de si mesmo.” (ROGERS; KINGET, 1977, p.165). Assim como o “eu”, é uma estrutura móvel e variável, que constantemente passa por redefinições.

Segundo Fadiman e Frager (1979), a extensão da diferença entre o “eu” e o “*eu ideal*”, é um indicador de desconforto, insatisfação e dificuldades neuróticas. Aceitar-se como se é na realidade, e não como se quer ser, é um sinal de saúde mental. Como diz Rogers em sua entrevista a Evans: “*O desajuste ocorre quando eu persisto em conservar uma imagem de mim mesmo que não corresponde ao que está realmente acontecendo no meu organismo.*” (ROGERS in EVANS, 1979, p.50). A imagem do “*eu ideal*” é um obstáculo ao crescimento pessoal quando se diferencia do comportamento e dos valores reais de uma pessoa.

Outros conceitos centrais na teoria rogeriana são os de “Congruência” e “Incongruência”. Nos dizeres de Rogers e Stevens (1991), a “congruência” é facilitada quando um indivíduo, numa relação de ajuda, é *aquilo que é*, quando as suas relações com um outro são autênticas e sem máscaras, exprimindo abertamente os sentimentos e atitudes que nele surgem durante a relação. Sendo assim, o indivíduo entra num encontro pessoal direto com o outro, encontrando-o de pessoa para pessoa.

Antes de darmos seqüência à explicação destes conceitos, é necessário esclarecer a definição de “relação de ajuda” proposta por Rogers (1977), na medida em que estamos situando-os em tal contexto. Assim, “relação de ajuda” define-se como uma “*relação na qual pelo menos uma das partes procura promover na outra o crescimento, o desenvolvimento, a maturidade, um melhor funcionamento e uma maior capacidade de enfrentar a vida.*” (ROGERS, 1977, p.43). Para Rogers (1977),

⁴ Ameaça: “Quando o indivíduo se dá conta, de modo plenamente consciente ou de modo subliminar (por meio de “subpercepção”), de que certos elementos do contexto existencial não concordam com a idéia que faz de si mesmo.” (ROGERS; KINGET, 1977, p.170).

qualquer relação pessoa/pessoa que se enquadre na definição acima pode ser considerada uma “relação de ajuda”:

Talvez esta enumeração sirva para provar que uma grande parte das relações nas quais nós e os outros estamos envolvidos entram nesta categoria de interações em que existe o propósito de promover o desenvolvimento, uma maior maturidade e um mais adequado funcionamento. (ROGERS, 1977, p.44).

Em suas obras Rogers enfatiza com frequência a questão da “congruência” no âmbito da relação terapêutica. Para ele tanto terapeuta quanto cliente devem se manter congruentes ao longo do processo para que se possa observar mudanças representativas na personalidade daquele que busca a psicoterapia.

Em relação ao cliente, Rogers (1977) diz que a importância de haver a “congruência” é no sentido de obter uma relação mais estreita e verdadeira entre suas experiências e o “eu”, afim de que a pessoa seja capaz de tomar consciência daquilo que está vivendo.

A “congruência” por parte do terapeuta é de extrema importância porque, segundo Rogers e Stevens (1991), quanto mais autêntico e congruente ele for, maior a probabilidade de ocorrer mudança na personalidade do cliente:

[...] se o terapeuta é congruente ou transparente, então as suas palavras estão de acordo com os seus sentimentos, em vez destes elementos divergirem; se o terapeuta tem uma simpatia incondicional pelo cliente, se o terapeuta compreende os sentimentos essenciais do cliente como eles surgem ao próprio cliente – então há uma forte probabilidade de que essa relação de ajuda seja eficaz. (ROGERS, 1977, p.53).

Por outro lado, a “incongruência”, nos dizeres de Rogers (*in* EVANS, 1979), ocorre quando a experiência do indivíduo é muito discrepante do modo como ele se organizou, quando há discrepância entre a imagem que tem de si mesmo e aquilo que está de fato vivendo. Segundo Schultz (2004), ao alimentar uma percepção distorcida de certas experiências, a pessoa pode se tornar alienada de seu verdadeiro “eu”. Passa a avaliar as experiências e a aceitá-las ou rejeitá-las não em termos de como elas contribuem para a sua tendência atualizante plena por meio dos processos de avaliação organísmica⁵, mas no seguinte sentido: se elas trarão

⁵ “Há, dentro da pessoa humana, base orgânica para um processo organizado de avaliação.” (ROGERS, 1975, p.248).

consideração positiva⁶ por parte dos outros. Sendo assim, quando existe a “incongruência” em qualquer relação, a possibilidade de ela ser plena é menor. No caso da psicoterapia, se houver incongruência seja por parte do terapeuta como do cliente, a possibilidade de eficácia terapêutica é diminuída.

Tendo explicitado acima alguns dos principais conceitos da teoria rogeriana, daremos enfoque à criação e desenvolvimento de sua abordagem teórica: a Abordagem Centrada na Pessoa.

3.1 A Abordagem Centrada na Pessoa

Falar de Abordagem Centrada na Pessoa é percorrer um caminho tortuoso, pois Rogers não parece ter deixado muitas pistas sobre os lugares teóricos por onde passou.

Uma importante influência referida por Rogers é a de Otto Rank, a partir de seu modelo de relação terapêutica. Rogers (1978) chegou a ver seminários de dois dias com Otto Rank e contratou uma assistente social de orientação “rankiana”, com quem, segundo o mesmo, aprendeu bastante. Enfatiza, contudo, que não foi a teoria, mas a terapia de Otto Rank que o atraiu. Afirma também que, apesar da dificuldade de enumeração das influências recebidas por sua abordagem psicológica, ela tem como ponto de partida importante a relação terapêutica de Otto Rank, além de críticas feitas por dissidentes da Psicanálise e Gestaltistas.

Influência posterior, que algumas pessoas confundem com as anteriores, foi a dos pensamentos de Buber e Kierkegaard, com suas noções de encontro e afirmação do valor da subjetividade, respectivamente. Rogers afirma que estes pensadores não foram uma influência originária, e que só os leu porque alguns alunos o alertaram a respeito da similaridade de concepção do humano destes pensadores e a sua. Sua sensação foi a de que “[...] *era muito agradável descobrir, aí, amigos que nunca pensei que tivesse [...].*” (EVANS, 1979, p.90).

⁶ Consideração positiva: “A minha hipótese é que é mais provável a ocorrência de crescimento e mudança quando o conselheiro vivencia uma atitude afetuosa positiva e de aceitação diante do que está no cliente. Isto significa que aprecia o cliente, como uma pessoa, mais ou menos com a mesma qualidade de sentimento que os pais têm pelo filho, apreciando-o como uma pessoa, qualquer que seja o seu comportamento específico no momento.” (ROGERS; STEVENS, 1991, p.109).

Feita uma breve explanação acerca de alguns teóricos que influenciaram o nascimento da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) e o pensamento de Carl Rogers, iremos apresentar, de forma sucinta, a evolução de tal abordagem.

De acordo com Wood (1997) a Abordagem Centrada na Pessoa não é nem teoria, nem linha e nem movimento, é meramente uma abordagem, um “jeito de ser”. Consiste de uma perspectiva de vida, de modo geral, positiva; de uma intenção de ser eficaz nos próprios objetivos; de um respeito pelo indivíduo e por sua autonomia e dignidade; de uma flexibilidade de pensamento e ação, não tolhida por teorias ou práticas anteriores, nem mesmo pela experiência, aberta a novas descobertas; de uma tolerância quanto às incertezas ou ambigüidades; de senso de humor, humildade e curiosidade.

Tal abordagem tem origem na experiência de Rogers com o aconselhamento psicológico, passando por diversas etapas até configurar-se como uma psicoterapia experiencial, na medida em que ele assume um posicionamento fenomenológico-existencial no processo psicoterapêutico.

Da primeira fase, denominada Não-Diretiva, à Abordagem Centrada na Pessoa ocorreu um longo processo teórico, prático e vivencial. Para poder assimilar a evolução do pensamento rogeriano, é necessário compreender o processo gradativo pelo qual passou, fruto das experiências vividas por Rogers como pessoa e como psicoterapeuta.

3.1.1 A psicoterapia Não-Diretiva (1940-1950)

Segundo Holanda (1994), a primeira fase do trabalho de Rogers, entre 1940 e 1950, período em que esteve na Universidade de Ohio, ficou conhecida como Não-Diretiva, expressão que captura a essência do método de aconselhamento desenvolvido por ele.

Para o mesmo autor, esta fase corresponde ao momento no qual o objetivo principal do terapeuta era o de facilitar o *insight* do cliente (*insight* em nível muito mais intelectual do que vivencial). Nesta fase, a relação terapêutica era estruturada verbalmente, fundamentada pela aplicação de técnicas concretas, suscetíveis de

serem usadas por qualquer terapeuta e passíveis de controle empírico. Teve por objetivo desenvolver uma relação livre e permissiva, possibilitando a compreensão de si e a atualização da tendência para uma ação positiva e de livre iniciativa. Caracteriza-se por uma extrema confiança no indivíduo, retirando o poder das mãos do psicoterapeuta e reforçando a idéia de que o próprio contato terapêutico é, por si só, uma experiência de desenvolvimento. Na verdade, o intuito de Rogers era exatamente de desarticular a conotação de autoridade vinculada ao terapeuta.

O conceito central é o de não-direção, ou seja, a abstenção de intervenções que possam vir a se interpor ao processo do cliente. Mas os mal-entendidos surgiam da confusão entre “não-direção” e “dar diretivas”:

Não-direção é em essência a abstenção de juízos de valores, em outro sentido, não direção não existe. Cumpre distinguir entre “diretivas” e “direção”. Enquanto o termo “diretivas” implica conselhos, sugestões, ordens, o termo “direção” sugere a idéia de significação. (BASTOS *apud* HOLANDA, 1994, p.6).

Esta fase, segundo Holanda (1994), representa um momento de reflexão que leva Rogers a conclusões originais acerca do papel do cliente e das técnicas. O interesse maior é o indivíduo, que é o centro, o objetivo, e não o problema em si. Pretende-se ajudar o indivíduo a crescer, ao invés de simplesmente ajudá-lo a resolver suas pendências.

Ainda não surge, aqui, a percepção da totalidade do ser humano, havendo pontos de interesse centrais no trabalho psicoterapêutico. Todavia, já encontramos elementos importantes que serão retomados posteriormente, nas demais fases de seu pensamento.

3.1.2 *Terapia Centrada no Cliente (1950-1957)*

A segunda fase recebe o nome de “Terapia Centrada no Cliente”. Convém assinalar que, conforme Holanda (1994), antes de ser apenas uma mudança de nomenclatura e de designação, trata-se de uma significativa mudança postural global no pensamento e na prática de Rogers.

Esta fase corresponde ao período em que Rogers esteve em Chicago. Nos derradeiros anos deste período, Rogers teria formulado sua terapia num caráter mais teórico e sistemático, na tentativa de construir uma teoria da terapia. Neste sentido o texto matricial desta fase é “*A Theory of Therapy, Personality, and Interpersonal Relationships, as Developed in the Client-Centered Framework*”, escrito em 1956, mas somente publicado no ano de 1959. Mas a obra que mais caracteriza este período é seu livro “Terapia Centrada no Cliente”, de 1951, que marca o início dessa terapia.

Na perspectiva de Wood (1997), este momento foi marcado pela passagem do aconselhamento para uma psicoterapia propriamente dita, na qual o cliente torna-se o foco da atenção. A tarefa do terapeuta está orientada para remover as fontes de ameaça na relação, através de uma atitude de aceitação. A psicoterapia proposta por Rogers abandona a ênfase no manejo de “técnicas” por parte do terapeuta e passa a conceber a ação do mesmo como essencialmente empática.

Há um amadurecimento das perspectivas não-diretivas ligadas à compreensão da psicologia do eu, com um certo abandono de um interesse diagnóstico, ressaltando a capacidade inerente do cliente. Neste momento, Rogers privilegia a ação facilitadora e a presença do terapeuta. Agora já se percebe um reconhecimento da universalidade do conceito de tendência atualizante, um pouco limitada na primeira fase.

3.1.3 Terapia Experiencial (1957-1970)

Conforme Holanda (1994), a terceira fase, ou fase da “Terapia Experiencial”, apresenta um salto qualitativo no que se refere ao trabalho de Rogers, a fase em Wisconsin. Foi estruturada a partir da experiência vivida por Rogers e colaboradores em um trabalho realizado com esquizofrênicos e psicóticos num hospital psiquiátrico.

No que se refere à postura do terapeuta, há um aumento na variação dos seus comportamentos, com maior ênfase na relação terapêutica como um encontro-existência. A intervenção passa a ser caracterizada pelo abandono da técnica e pela focalização na experiência do cliente e na expressão das experiências do terapeuta.

Há uma total reformulação do conceito de processo psicoterápico e uma considerável ênfase na congruência do terapeuta. Seu livro, "Tornar-se Pessoa", de 1961, é o referencial desta fase.

Segundo Cury (1987), essa fase experiencial é um momento em que ocorre a inclusão da comunicação dos sentimentos vivenciados pelo terapeuta, num dado momento, na relação com o cliente. Nesse período, Rogers passa a usar a denominação "Abordagem Centrada na Pessoa". Tal nomenclatura parece ser um termo mais adequado para explicar o objetivo da proposta de Rogers, que é o de centrar-se na pessoa, para que tendo as condições psicológicas adequadas (aceitação-empatia-congruência), através da relação interpessoal, ela possa desenvolver todo o seu potencial de crescimento (tendência atualizante).

Ainda segundo Cury (1987), esta é uma fase bi-centrada, onde interatuam dois mundos fenomenais distintos, o do cliente e o do terapeuta. Este pensamento conduz Rogers aos movimentos de grupos e encontros de comunidade na década de 70-80.

3.1.4 Uma quarta fase

A idéia de uma quarta fase surge de algumas posições explícitas de Rogers e algumas constatações. Segundo Moreira (1993), há um possível encaminhamento da postura de Rogers em direção à terapia fenomenológica:

Rogers busca apoiar-se na experiência subjetiva que se constitui no campo da inter-relação terapeuta-cliente e expressa suas próprias emoções emergentes desse campo. Isso faz com que sua conduta terapêutica se aproxime de uma metodologia fenomenológica, à medida em que chega mais perto das articulações de sentido que acontecem na situação de terapia. (MOREIRA, 1990, s/p).

Esta fase compreenderia os últimos anos de sua vida (1970 a 1987). Neste período, Rogers se dedicou integralmente às atividades de grupo (abandonando a terapia individual), e às questões que se acercavam do relacionamento humano na coletividade. Essa fase é denominada Relacional ou Interhumana.

Segundo o próprio Rogers (1983), este é também um período de transcendência de valores e de idéias, no qual ele expressa uma preocupação com o futuro do homem e do mundo, com questões que abrangem outras áreas da ciência. Nas suas últimas obras, Rogers empreende uma discussão que ultrapassa o simples cientificismo tradicional e parte para uma interdisciplinaridade, na qual coexistem conceitos da física, da química, e de outras áreas da ciência. Seria uma fase mais holística, no seu sentido mais amplo, em que Rogers se voltaria para a consideração de uma relação mais transcendental, ou para a transcendência da existência humana.

Para Holanda (1994) o que prevalece é o sentido de evolução no pensamento de Rogers, no qual uma idéia se junta às anteriores em prol de um crescimento contínuo e, assim, percebe-se o intenso trabalho voltado à prática do advento de um novo homem, mais livre e congruente, na mais completa expressão da tendência atualizante, num compromisso com seu dever.

Uma vez que o aspecto central deste trabalho é o conceito de “tendência atualizante” e suas contribuições para a relação terapêutica, após as considerações históricas e conceituais da proposta de Carl Rogers, explicitaremos a metodologia utilizada no desenvolvimento do trabalho.

4 METODOLOGIA: Fenomenologia e Pesquisa Bibliográfica

Para a realização deste trabalho, utilizamos a proposta de pesquisa qualitativa na medida em que acreditamos que essa maneira seja relevante quando se trata de Psicologia.

Este tipo de pesquisa surge como uma nova possibilidade de investigação e também, com menos força, em oposição à chamada pesquisa empírica (ESPÓSITO *apud* GARNICA, 1997). Sendo assim, nas abordagens qualitativas, o termo pesquisa ganha novo sentido, passando a ser concebido como uma trajetória circular em torno do que se deseja compreender, não se preocupando única e/ou aprioristicamente com princípios, leis e generalizações, mas voltando a olhar à qualidade, aos elementos que sejam significativos para o pesquisador.

Martins e Bicudo (1989) vêem o pesquisador, na pesquisa qualitativa, como aquele que deve perceber a si mesmo e perceber a realidade que o cerca em termos de possibilidades, nunca só de objetividades e concretudes, a partir do que a pesquisa qualitativa, dizem os autores, dirige-se a fenômenos, não a fatos. Fatos são eventos, ocorrências, realidades objetivas, relações entre objetos, dados empíricos já disponíveis e apreensíveis pela experiência, observáveis e mensuráveis no que se distinguem de fenômenos.

O significado de fenômeno vem da expressão grega *faíomenon* e deriva-se do verbo *fanestai* que quer dizer mostrar-se a si mesmo. Assim, *faíomenon* significa aquilo que se mostra, que se manifesta. *Fanestai* é uma forma reduzida que provém de *faíno*, que significa trazer à luz do dia. *Faíno* provém da raiz *Fa*, entendida como *fos*, que quer dizer luz, aquilo que é brilhante. Em outros termos, significa aquilo onde algo pode tornar-se manifesto, visível em si mesmo. (...) *Faíomena* ou *fenômena* são o que se situa à luz do dia ou o que pode ser trazido à luz. (MARTINS; BICUDO, 1989, p.21-2)

Sendo assim, a partir dessa breve explicação a respeito da pesquisa qualitativa, é importante dizer que a pesquisa em questão teve por opção a característica bibliográfica, ou seja, tratou-se de um estudo teórico.

Por se tratar de uma pesquisa bibliográfica devemos primeiramente situar o leitor sobre o que vem a ser este tipo de pesquisa. De acordo com Gil (1991), tal pesquisa é desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. O autor irá dizer que mesmo existindo um cunho

bibliográfico em qualquer tipo de pesquisa, destina-se uma classificação única a pesquisas que se desenvolvem exclusivamente a partir de fontes bibliográficas. Segundo Marconi & Lakatos (1996), a pesquisa bibliográfica abrange toda bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo e sua finalidade é colocar o pesquisador em contato direto com todos os documentos que se refiram a determinado assunto.

Existem muitas fontes bibliográficas que podem ser assim classificadas: os livros de leitura recorrente (romance, poesia, teatro), os livros de referência que se subdividem em informativa (dicionário, anuários) e remissiva (catálogos), as publicações periódicas (jornais e revistas) e os impressos diversos.

De acordo com Manzo citado por Marconi & Lakatos (1996, p.65), a bibliografia pertinente “*oferece meios para definir, resolver, não somente problemas já conhecidos, como também explorar novas áreas onde os problemas não se cristalizaram suficientemente.*” Para Trujillo citado por Marconi & Lakatos (1996, p.68), esta modalidade de trabalho tem por objetivo permitir ao cientista “*o reforço paralelo na análise de suas pesquisas ou manipulação de suas informações.*” Sendo assim, a pesquisa bibliográfica não é mera repetição do que já foi dito ou escrito sobre certo assunto, mas permite a análise de um tema sob novo enfoque ou abordagem, podendo chegar a conclusões inovadoras.

Assim como todos os tipos de pesquisa, a pesquisa bibliográfica carrega com ela vantagens e desvantagens. Gil (1991) irá dizer que a principal vantagem desta pesquisa reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que se poderia pesquisar diretamente. No entanto, vale ressaltar que trabalhos de cunho bibliográfico que utilizam fontes secundárias algumas vezes apresentam dados coletados ou processados de forma equivocada, assim, o trabalho realizado poderá ser comprometido.

Como embasamento teórico para análise dos objetivos propostos por este estudo utilizamos a Fenomenologia descrita por Moreira (2002). Sendo assim, tornou-se necessário um apanhado histórico sobre a filosofia que deu origem a esse modo de fazer pesquisa: a Fenomenologia.

Segundo Moreira (2002), a palavra “fenomenologia”, tal como aparece na literatura, foi primeiramente utilizada pelo matemático, astrônomo, físico e filósofo suíço-alemão Johann Heinrich Lambert (1728-1777) e, posteriormente, com outro sentido, por Georg Wilhelm Friedrich Hegel, na sua *Fenomenologia do Espírito*.

Como movimento filosófico e com o sentido e as ramificações que ostenta até o presente, a Fenomenologia nasce no início do século XX com Edmund Husserl.

Assim, ainda segundo o mesmo autor, a fenomenologia é o estudo ou a ciência do fenômeno e, em sentido mais genérico, é tudo o que aparece, que se manifesta ou se revela por si mesmo. O que aparece na consciência é o fenômeno. De acordo com Chauí (1996), Husserl entende fenômeno como a presença real de coisas reais diante da consciência; é aquilo que se apresenta diretamente, “em pessoa”, “em carne e osso”, à consciência.

Conforme a Sociedade Brasileira de Psicologia (1998), a fenomenologia parte do princípio da intencionalidade que, segundo Husserl, propõe a superação da dicotomia sujeito/objeto, afirmando que toda consciência é intencional, isto é, não há consciência desvinculada de um mundo para ser percebido, e nem há mundo sem uma consciência para percebê-lo.

Valendo desta argumentação, a análise fenomenológica é constituída de descrição, redução, variação imaginativa, compreensão-interpretação, sendo que a redução fenomenológica consiste na suspensão de preconceitos diante do fenômeno interrogado, o que não supõe uma neutralidade, mas uma posição objetiva e intencional com o fenômeno.

Husserl dizia que a Fenomenologia tinha três tarefas principais: separar Psicologia e Filosofia, manter o privilégio do sujeito do conhecimento ou consciência reflexiva diante dos objetos e ampliar/renovar o conceito de fenômeno (CHAUÍ, 1996). É importante ressaltar que Husserl amplia os conceitos de fenômeno propostos por Kant e Hegel.

Rompendo com os tradicionais modos de filosofar, todos tributários de posições filosóficas outras, Husserl toma como máxima o “ir às coisas mesmas” donde os princípios dessa fenomenologia não se pautarem em posições prévias, mas “*exprimirem aquilo que é dado diretamente na consciência.*” (MOURA, 1989, p.20).

Para Garnica (1997), a Fenomenologia, tendo surgido como método para fundamentar tanto a ciência quanto a própria filosofia, torna-se movimento filosófico, fornecendo as concepções básicas subjacentes ao método. Husserl, Heidegger, Merleau-Ponty e Gadamer estão entre os que têm se valido do método fenomenológico e da Fenomenologia.

Situadas num determinado contexto, cercadas pelas coisas do mundo, entre as tantas com as quais nos defrontamos, optamos por investigar um tema, buscando compreender o fenômeno ao colocá-lo em suspensão. Colocado o fenômeno em suspensão e tendo tematizado o que dele se procurou compreender e interpretar, buscou-se o significado do conceito de “tendência atualizante” e sua contribuição na relação psicoterapêutica.

4.1 Procedimento de coleta de dados

O trabalho em questão utilizou como fonte de análise duas obras de Carl Rogers que passaram por processo de tradução. As principais obras escolhidas foram: “Tornar-se Pessoa” e “Psicoterapia e Relações Humanas vol. 1”, porém não foram suficientes para que pudéssemos concluir o trabalho. Sendo assim, foi necessária a utilização de outras obras e de outros autores que abordam o tema proposto por nós. É importante lembrar que optamos pela utilização exclusiva de obras no idioma português.

A escolha destas obras se deu por meio de um levantamento preliminar de todas as obras traduzidas do autor e que contemplassem simultaneamente o conceito de tendência “atualizante” e relação terapêutica. Sendo assim confirmou-se por meio destas obras os suportes bibliográficos suficientes para o desenvolvimento deste trabalho.

4.2 Procedimento de análise de dados

Para a análise desta pesquisa, fizemos, primeiramente, uma leitura atenta das obras selecionadas, que contemplavam, simultaneamente, os conceitos de “tendência atualizante” e relação terapêutica. A seguir, buscamos o significado dos conceitos e a relação entre eles estabelecida pelo autor escolhido como fonte primária deste trabalho: Carl Ransom Rogers. A partir daí, procuramos sintetizar as principais relações entre tais conceitos.

5 DA TEORIA DA HOMEOSTASE À TENDÊNCIA ATUALIZANTE

De acordo com Bühler (*in*: GREENING, 1975), a primeira idéia do que mais tarde ficou conhecida como “tendência atualizante” foi teorizada por Freud. A sua teoria consistia no fato de que, todos os seres humanos querem, primordialmente, satisfazer seus impulsos; e então, se forem contrariados nessa pretensão e se forem capazes de resignar-se às frustrações, aceitarão as negativas da realidade e as exigências da sociedade, tal como lhes são impostas por seus pais. E farão tudo isso porque, indiretamente, lhes acarretará alguma satisfação.

Essa teoria psicanalítica original, após sofrer inúmeras críticas por sucessores e discípulos de Freud, foi reformulada numa versão mais científica, a saber: Todo esforço humano possui uma tendência básica – no sentido da recuperação do equilíbrio continuamente perdido no processo de viver. A tal teoria deu-se o nome de Teoria da Homeostase, entendendo-se por homeostase, a busca pelo equilíbrio. A principal questão é que todo ser humano necessita de equilíbrio mais do que qualquer outra coisa e ele só é alcançado depois de haver uma descarga de tensões. A descarga de tensões é considerada o objetivo principal pelos teóricos da homeostase, quer seja efetuada consciente ou inconscientemente.

Essa teoria foi criticada por alguns psicólogos e psiquiatras que a julgaram incompleta. Ainda segundo a perspectiva de Bühler (*in*: GREENING, 1975), a crítica científica mais convincente foi a do neurofisiologista Kurt Goldstein, em seu livro intitulado “*The Organism*”, no qual analisou detalhadamente o fato de só a pessoa doente estar procurando constantemente obter a descarga de tensão, ao passo que a pessoa sadia suporta de bom grado certas quantidades de tensão no interesse de outras metas completamente distintas. Goldstein chamou a essas outras metas o interesse da pessoa em sua auto-atualização. Segundo ele, para um organismo saudável, a meta principal “*é a formação de um certo nível de tensão, isto é, aquela que torna possível uma posterior atividade organizada.*” (GOLDSTEIN *apud* FADIMAN; FRAGER, 1979, p.265-266).

Conforme Fadiman e Frager (1979), o trabalho principal de Goldstein estava ligado a pacientes com lesões cerebrais. Via a auto-atualização como um processo fundamental em todo organismo, um processo que pode tanto ter efeitos positivos quanto negativos para o indivíduo. Goldstein escreveu que “*um organismo é*

governado pela tendência a atualizar, tanto quanto possível, suas capacidades individuais, sua 'natureza' no mundo." (GOLDSTEIN *apud* FADIMAN; FRAGER, 1979, p.265).

Para Goldstein citado por Fadiman e Frager (1979), enfrentar com sucesso o ambiente freqüentemente envolve um tanto de incerteza e choque. O organismo auto-atualizador saudável atrai este choque, aventurando-se em situações novas, a fim de usar suas capacidades. Para ele, a auto-atualização não significa o fim dos problemas e das dificuldades; ao contrário, o crescimento pode freqüentemente trazer dor e sofrimento.

Tal conceito também foi adotado por Abraham H. Maslow. Ele definiu vagamente auto-atualização como *"o uso e a exploração plenos de talentos, capacidades, potencialidades etc."* (MASLOW, 1991, p.150).

Conforme já citado, as investigações de Maslow sobre a auto-atualização foram inicialmente estimuladas por seu desejo de entender de uma forma mais completa os dois professores que mais o influenciaram, Ruth Benedict e Max Wertheimer. Maslow via em ambos não somente cientistas brilhantes e eminentes, mas seres profundamente realizados e criativos. A comparação entre Benedict e Wertheimer feita por Maslow foi o primeiro passo do estudo que desenvolvera durante toda a sua vida.

Começou a estudar a auto-atualização mais formalmente através da análise das vidas, valores e atitudes das pessoas que considerava mais saudáveis e criativas. Segundo Fadiman e Frager (1979), Maslow tinha dois critérios para incluir pessoas em seu estudo inicial. Primeiro, todos os sujeitos estavam relativamente livres de neurose ou de problemas pessoais maiores. Segundo, todos aqueles que foram estudados usavam da melhor forma possível seus talentos, capacidades e outras forças.

Encontrou características comuns entre os participantes e denominou-as "Características de pessoas auto-atualizadoras". Citá-las-emos a seguir: percepção clara da realidade; aceitação de si, dos outros e da natureza; espontaneidade, simplicidade e naturalidade; dedicação a uma causa; independência e necessidade de privacidade; vigor de apressado; experiências culminantes⁷; interesse social;

⁷ Experiência Culminante: *"A experiência culminante é sentida como um momento autovalidante e autojustificante, que comporta o seu próprio valor intrínseco. Quer dizer, é um fim em si mesmo, aquilo a que podemos chamar uma experiência-fim em vez de uma experiência-meio."* (MASLOW, 1968, p.108). *"O termo*

relações interpessoais profundas; tolerância e aceitação dos outros; criatividade e originalidade; resistência a pressões sociais. Demonstrou que o principal interesse dessas pessoas residia em tornarem-se criadoramente ativas no mundo e que a sua auto-realização criadora (a que Maslow chamaria individuação) era a meta que mais lhes importava. Sendo assim, o processo de auto-atualização pode tomar muitas formas, porém cada um, independentemente de sua ocupação ou de seus interesses, pode maximizar as habilidades pessoais e atingir o desenvolvimento completo da personalidade:

Um músico deve fazer música, um artista deve pintar, um poeta deve escrever, se quiser ficar, em última instância, em paz consigo mesmo. O que um homem pode fazer, ele deve fazer. Esta necessidade podemos chamar de auto-atualização. Ela se refere ao desejo de auto-atualização do homem, ou seja, a tendência de se tornar verdadeiramente o que ele é potencialmente: de se tornar tudo que alguém pode se tornar. (MASLOW, 2001, p.3).

Para Maslow (1971), a auto-atualização é um processo contínuo de desenvolvimento das potencialidades individuais. Isso significa usar suas habilidades e inteligência e “*trabalhar para fazer bem aquilo que queremos fazer.*” (MASLOW, 1971, p.48). Não é uma “coisa” que alguém tem ou não tem, mas um processo jamais findo que se refere a uma maneira de viver, trabalhar e relacionar-se com o mundo. “*Significa experienciar de modo pleno, intenso e desinteressado, com plena concentração e total absorção.*” (MASLOW, 1971, p.45).

Se pensarmos a vida como um processo de escolhas, a auto-atualização significa fazer de cada escolha uma opção para o crescimento. Escolher o crescimento é abrir-se para experiências novas e desafiadoras, arriscar o novo e o desconhecido. Maslow (1971) escreve que indivíduos auto-atualizadores são atraídos por problemas mais desafiantes e intrigantes, por questões que exigem grandes e criativos esforços. Estão dispostos a enfrentar a incerteza e a ambigüidade. “*Explorar, manipular, experimentar [...] podem ser consideradas atributos do puro Ser e, no entanto, levam ao Vir a Ser, embora de um modo acidental, fortuito, imprevisto e não programado.*” (MASLOW, 1968, p. 73).

experiências culminantes é uma generalização para os melhores momentos do ser humano, para os momentos mais felizes da vida, para experiências de êxtase, enlevo, beatitude, de maior felicidade.” (MASLOW, 1971, p.105).

Maslow (1971) aborda o crescimento psicológico em termos de satisfação bem sucedida de necessidades mais “elevadas” e satisfatórias. Segundo ele, a busca pela auto-atualização só pode ter início quando o indivíduo estiver livre da dominação de necessidades inferiores, tais como a necessidade de segurança e de estima. O mesmo autor ainda argumenta que as necessidades mais elevadas são intrinsecamente mais satisfatórias e a busca por elas é um indicador de saúde psicológica.

Ainda segundo o mesmo autor, o crescimento ocorre através do trabalho de auto-atualização, que representa um compromisso a longo prazo com o crescimento e o desenvolvimento máximo das capacidades, e não um acomodamento no mínimo por causa de preguiça ou falta de auto-confiança:

Assim, o crescimento é visto não só como a satisfação progressiva de necessidades básicas, até ao ponto em que elas ‘desaparecem’, mas também na forma de motivações específicas do crescimento, além e acima dessas necessidades básicas, por exemplo, talentos, capacidades, tendências criadoras, potencialidade constitucionais. Dessa maneira, somos também ajudados a compreender que necessidades básicas e individuação não se contradizem entre si mais do que a infância e a maturidade. Uma pessoa transita de uma para outra e a primeira é condição prévia e necessária da segunda. (MASLOW, 1968, p.53).

Maslow citado por Fadiman e Frager (1979) salientou que a motivação para o crescimento é relativamente fraca, quando comparada às necessidades fisiológicas, de segurança e estima. Disse também que o processo de auto-atualização pode ser limitado pelos seguintes fatores:

[...] 1. Influências negativas de experiências passadas e de hábitos resultantes que nos mantêm presos a comportamentos improdutivos; 2. Influência social e pressão de grupo que muitas vezes operam contra nossa própria preferência e opinião, e 3. Defesas internas que nos mantêm fora de contato conosco mesmo. (FADIMAN; FRAGER, 1979, p.273).

Outro teórico que abordou a questão da auto-atualização como resposta fundamental à questão do que faz um organismo “pulsar” foi Carl Rogers. Rogers teve como influência todos os demais autores que, antes dele, teorizaram a respeito de tal conceito. “Goldstein (1974), Maslow (1954), Angyal (1941, 1965), Szent-Gyorgyi (1974), entre outros, defenderam concepções semelhantes e exerceram influências sobre o meu modo de pensar.” (ROGERS, 1983, p.41).

Rogers vai além de Maslow ao dizer que a tendência atualizante não visa apenas à satisfação das necessidades a que este chamou de “necessidades por deficiência”, ou seja, a manutenção das condições elementares de subsistência. Ela preside atividades mais evoluídas, como a:

[...] diferenciação crescente de órgãos e funções; a revalorização do ser por meio de aprendizagem de ordem intelectual, social, prática; a extensão de suas capacidades e de sua eficácia pela criação de instrumentos e técnicas; o prolongamento e o enriquecimento do indivíduo por meio da reprodução. (ROGERS, 1977, p. 159-160).

Ainda na perspectiva rogeriana (1983), a vida é um processo ativo, e não passivo. Independente da proveniência do estímulo, se externo ou interno, ou das condições ambientais, um organismo sempre se comportará em direção à sua manutenção, crescimento e reprodução. Essa é a própria natureza do processo a que chamamos vida. Em qualquer ocasião, a tendência atualizante está em ação. É essa tendência que nos permite dizer se um determinado organismo está vivo ou morto. Portanto, trata-se de uma predisposição ativa de todos os seres vivos, e não apenas do homem, e manifesta-se de forma diferenciada em cada espécie.

Promove, pois, o crescimento total, assim como o enriquecimento do “organismo” num processo de vir-a-ser constante. No que se refere ao organismo humano, em especial, ela se revela tanto a nível físico como psíquico. Naquele, atua na promoção da manutenção alimentar, no calor necessário para a sua sobrevivência e, ainda, na regulação dos processos químicos orgânicos. Neste, ela se apresenta impulsionando o homem para uma maior “abertura à experiência” e ao relacionamento interpessoal.

Conforme Rogers (1977), a operação da tendência atualizante tem por efeito dirigir o desenvolvimento do “organismo” no sentido da autonomia e da unidade. O que tal tendência procura atingir é aquilo que o sujeito percebe como valorizador ou enriquecedor – não necessariamente o que é objetiva ou intrinsecamente enriquecedor.

É importante observar que a noção de tendência atualizante é o postulado fundamental da teoria criada por Rogers e condição *sine qua non* para que seja possível a terapia centrada no cliente.

“Momentos terapêuticos são como o amor – nos tomam de surpresa. Não podemos nos determinar a amar. Quando ele vem, ele flui através de nós. Vem a nós e flui de nós, e não podemos segurá-lo. Está além de nós.”

*Maureen Miller O’Hara
(Em busca de vida, 1983)*

6 A RELAÇÃO TERAPÊUTICA NA PERSPECTIVA DE ROGERS

Ao pensar em relação, imediatamente nos ocorre a imagem de um entrelaçamento, uma ligação entre dois elementos. Para Rogers e Kinget (1977), por mais singular que possa ser, toda relação interpessoal partilha certas propriedades com outra relação interpessoal. Ela manifesta características fundamentais que formam sua estrutura e certas qualidades afetivas cuja variedade dá à relação sua tonalidade individual e, muitas vezes, seu valor humano.

Ainda segundo os mesmo autores, a estrutura define a relação em termos de seu objeto, finalidade e dos papéis das partes empenhadas. Do ponto de vista do objeto e da finalidade, as relações podem variar até o infinito. Do ponto de vista dos papéis, elas podem se classificar em diversas categorias, tais como: hierárquica, igualitária, profissional, etc. A estrutura da relação é fundamentalmente independente das qualidades afetivas que a acompanham. Assim, alguns tipos de relação podem acompanhar-se de sentimentos positivos ou negativos sem que a estrutura da relação seja afetada; por outro lado, existem relações cujo estabelecimento e continuação dependem inteiramente da natureza das qualidades afetivas. Nestes casos, se as qualidades não são positivas, a relação deixa de existir, por mais adequada que seja sua estrutura:

A relação entre terapeuta e cliente pertence a esta última categoria. É, pois, um tipo de relação em que a significação e os efeitos são determinados por certas qualidades, ou verdadeiramente terapêuticas, ou simplesmente sentidas como agradáveis e estimulantes. (ROGERS; KINGET, 1977, p.120).

Nesse sentido, Rogers (1977) considera a relação acima citada como uma relação de “ajuda”, sendo ajuda entendida como sinônimo de crescimento, desenvolvimento; a relação de ajuda seria aquela que oferece as condições necessárias para que esse desenvolvimento ocorra.

Rogers assim define relação de ajuda:

[...] situação na qual um dos participantes procura promover numa e noutra parte, ou em ambas, uma maior apreciação, uma maior expressão e uma utilização mais funcional dos recursos internos latentes do indivíduo. (ROGERS, 1977, p.43).

Segundo Morato (*in*: ROSENBERG, 1987), ajudar não significa necessariamente dar ao outro o que ele precisa. Este é o conceito popular de ajuda. O que pretendemos focar não é este tipo de ajuda, é aquela ajuda que significa favorecer ao outro as condições necessárias para o seu desenvolvimento; é oferecer-se à disposição, mas contando com o esforço do outro para que ele se permita ser ajudado; oferecer-se como um meio, para que através dessa relação, o indivíduo encontre condições para viabilizar seu processo de ajuda.

Rogers (1977) não propõe técnicas especiais para que se estabeleça uma relação de ajuda. Para ele, o contato do profissional de ajuda deve consistir num conjunto de concepções e atitudes relativas ao ser humano e não na aplicação de conhecimentos ou habilidades; o terapeuta deve conduzir-se como pessoa e não como especialista. Seu modo de relacionar-se é determinante no processo de crescimento.

Para O'Hara (*in*: ROGERS *et al*, 1983), para um terapeuta poder “entrar” no processo terapêutico, deve ser capaz de acreditar na capacidade intrínseca das criaturas vivas para se auto-regular, na tendência intrínseca para crescerem e se curarem. Entrar neste processo suspeitando da natureza humana, suspeitando que ser natural é ser destrutivo é um risco que nenhuma pessoa sensível correria:

[...] se quisesse dar a impressão de ser um psicólogo inteligente, podia continuar diagnosticando, aconselhando e interpretando. Mas se quisesse trabalhar eficientemente com pessoas, então deveria reconhecer que as pessoas têm capacidade de lidar com seus próprios problemas, desde que eu conseguisse criar um clima em que elas pudessem fazer isso. Desde então, todo meu esforço tem se concentrado em descobrir o tipo de clima psicológico que ajuda o indivíduo a resolver os seus problemas, a desenvolver-se e crescer. (ROGERS *in*: EVANS, 1979, p.58).

Rogers, em sua entrevista a Evans (1979), fala sobre as atitudes que considera necessárias à terapia. Para ele, a existência dessas três atitudes é fundamental para o relacionamento: congruência, aceitação incondicional e compreensão empática.

A primeira, e mais importante, é a congruência, ou autenticidade, do terapeuta – sua capacidade de ser uma pessoa real face ao cliente. De acordo com Rogers (1983), quanto mais o terapeuta for ele mesmo na relação com o outro, quanto mais puder remover as barreiras profissionais ou pessoais, maior a probabilidade de que o cliente mude e cresça de um modo construtivo. Isto significa que o terapeuta está

vivendo, de forma aberta, os sentimentos e atitudes que experimenta em determinado momento. Desta forma, ser autêntico inclui a difícil tarefa de conhecer o fluxo da vivência que ocorre em nosso íntimo, um fluxo marcado principalmente pela complexidade e pela mudança contínua:

Ninguém atinge totalmente esta condição; contudo, quanto mais o terapeuta é capaz de ouvir e aceitar o que ocorre em seu íntimo, e quanto mais é capaz de, sem medo, ser a complexidade de seus sentimentos, maior é o grau de sua congruência. (ROGERS; STEVENS, 1991, p. 105).

Para Rogers e Kinget (1977), para que uma relação seja terapêutica, faz-se necessário que a experiência imediata do terapeuta seja corretamente representada ou simbolizada na sua consciência, ou seja, é necessário que os sentimentos e atitudes que experimenta para com o cliente sejam plenamente disponíveis à sua consciência. Assim, quando o terapeuta não age de forma coerente com seus sentimentos, não realiza o acordo interno necessário para a eficácia terapêutica.

A segunda atitude importante para que haja um clima favorável à mudança do cliente é a aceitação, o interesse ou a consideração – aquilo que Rogers chama de “aceitação incondicional”. É a capacidade do terapeuta para aceitar o cliente como uma outra pessoa, sem julgá-lo ou avaliá-lo:

Isto quer dizer que o terapeuta se preocupa com seu cliente de uma forma não possessiva, que o aprecia mais na sua totalidade do que de uma forma condicional, que não se contenta com aceitar simplesmente o seu cliente quando este segue determinados caminhos e com desaprová-lo quando segue outros. (ROGERS, 1977, p.65).

Segundo Rogers e Stevens (1991), a relação será tanto mais eficiente quanto mais incondicional for a aceitação positiva, pois quando existe esta apreciação não-valorativa no encontro entre o terapeuta e seu cliente, é mais provável a ocorrência de mudança e desenvolvimento construtivos no cliente. Sendo assim, a aceitação incondicional, segundo Morato (*in*: ROSENBERG, 1987), não é um falar abundante, o silêncio também é aceitador, desde que expresse interesse, compreensão e respeito.

A terceira atitude essencial para uma relação que promova crescimento é a compreensão empática. Com isso, Rogers (1983) quer dizer que o terapeuta deve captar com precisão os sentimentos e significados pessoais que o cliente está vivendo e deve comunicar isso a ele. Tem que haver, por parte do terapeuta, um

desejo real de compreender empaticamente, de colocar-se realmente no lugar do cliente e de ver o mundo segundo o ponto de vista deste, lembrando sempre de que o papel do terapeuta consiste em captar e refletir sobre a significação pessoal das palavras do cliente, bem mais do que em responder a seu conteúdo intelectual.

De acordo com Rogers e Stevens (1991), quando o terapeuta pode apreender a vivência que ocorre de momento em momento no mundo íntimo do cliente, como este o compreende e sente, sem que, nesse processo empático, perca o sentido de sua identidade separada, é provável a ocorrência de mudança:

Essas colocações levam-me, inevitavelmente, ao sentido da atitude empática, que parece envolver o jeito de ser fundamental na relação de ajuda. É ela que parece significar verdadeiramente o 'Centrado na Pessoa'. É a forma de compreensão pura do mundo interno do outro, onde aceitação e autenticidade se fundem. É uma maneira de ser despojada de si, embora voltada para si. [...] Significa viver temporariamente no mundo do outro, livre, mas cuidadosamente, procurando revelar (através das comunicações do terapeuta) sentimentos escondidos, a pessoa que está atrás daquela que fala ser, além do comportamento manifesto. (MORATO *in*: ROSENBERG, 1987, p.42).

Nos dizeres de Rogers e Kinget (1977), a teoria não estipula que o terapeuta informe o cliente de maneira explícita, verbal, de sua compreensão empática e da aceitação positiva incondicional que experimenta com relação a ele, o que importa é que o cliente apreenda a existência dessas atitudes no terapeuta.

A experiência de Rogers, segundo ele mesmo (1977), ensinou-lhe que cada cliente faz uso diferente, pessoal, da relação que lhe é oferecida. Além disso, tornou-se para ele evidente que não é necessário, nem mesmo útil manipular a relação com o fim de adaptá-la a diferentes indivíduos. Antes, pelo contrário, parece que a manipulação prejudica o caráter mais importante e mais precioso da relação: que ela representa uma relação autêntica entre duas pessoas, em que cada uma se esforça em ser "ela mesma" em sua interação com a outra.

Assim, as reações do cliente são recíprocas das atitudes do terapeuta. Quando o cliente percebe que encontrou alguém que ouve e aceita os seus sentimentos, começa pouco a pouco a tornar-se capaz de ouvir a si mesmo. À medida que começa a se abrir mais para o que se passa nele, torna-se capaz de perceber sentimentos que sempre negou e reprimiu. Quando aprende a ouvir a si mesmo, começa a aceitar-se. Vai tomando lentamente uma atitude semelhante à do

terapeuta, ou seja, vai aceitando-se como é, e acha-se, portanto, caminhando no processo da sua transformação e também para uma maior congruência pessoal.

Nos dizeres de Rogers:

De um modo geral, verifica-se que o processo se afasta da fixidez, do caráter remoto dos sentimentos e da experiência, de uma concepção rígida de si, de um afastamento das pessoas e da impessoalidade do funcionamento. Ele evolui para a fluidez, para a possibilidade de mudança, para o imediatismo dos sentimentos e da experiência, para a aceitação desses sentimentos e dessa experiência, para tentativas de construção, para a descoberta de um eu que se transforma numa experiência mutável, para a realidade e proximidade das relações, para uma unidade e integração do funcionamento. (ROGERS, 1977, p.68).

Desta forma, para Rogers (1977), quanto mais o cliente ver o terapeuta como uma pessoa verdadeira, capaz de empatia, tendo para com ele um respeito incondicional, mais ele se afastará de um modo de funcionamento fixo, estático, insensível e impessoal, e se encaminhará no sentido de um funcionamento marcado por uma experiência fluida, em mudança e plenamente receptiva dos sentimentos pessoais diferenciados. A consequência deste movimento é que se dá uma evolução da personalidade e do comportamento em busca da saúde e da maturidade psíquicas e das relações mais realistas para com o eu, os outros e o mundo circundante.

A preocupação da terapia nesta abordagem é procurar restituir ao indivíduo um experienciar mais coerente de si mesmo e do mundo, restabelecendo uma idéia de si mesmo mais integradora entre organismo e pessoa, para que a unidade se restabeleça e o crescimento prossiga.

Feitas estas considerações, podemos perceber que, junto ao universo da terapia encontra-se o conceito de “tendência atualizante” o qual, enquanto movimento de crescimento, pode ser elemento fundamental para o sucesso do processo terapêutico.

Assim, no próximo item, finalizaremos esta pesquisa com uma análise de como a “tendência atualizante” contribui para a relação terapêutica.

*“Como dizer com palavras
aquilo que eu não sei se existe
em mim, na vida e entre nós,
e se existe eu não sei como é
porque em mim, na vida e entre nós
isto existe antes das palavras?”*

*Carlos Rodrigues Brandão
(Aprender o Amor, 2005)*

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS: Contribuições da “tendência atualizante” para a relação terapêutica

Ao longo da elaboração deste trabalho, salientamos que, como qualquer outro movimento, a visão humanista de psicoterapia não surgiu abruptamente, mas foi resultado de um longo processo, como pôde ser observado.

Segundo Aquino (1986) o interesse do homem pelo estudo e compreensão do próprio homem é antigo. De modo mais significativo, remonta aos gregos, passando pela Idade Média, Renascença, séculos XVIII e XIX, até nossos dias. Historicamente, sempre que o homem é relegado a planos secundários, desrespeitado, oprimido ou mal compreendido, surgem “humanismos” que resgatam sua importância e seu lugar na história.

Ao longo do tempo, foram surgindo questionamentos e visões diferentes. Surge uma nova sociedade, com valores e aspirações novos. Dos remanescentes da cultura medieval emerge o Renascimento. O poder se desloca dos senhores feudais enfraquecidos, militar e economicamente, para a burguesia nascente. Já no apagar das luzes do século XV, acontecem os grandes descobrimentos e, com eles, mudanças profundas, cujas conseqüências desaguaram na Renascença. Literalmente amplia-se a visão do mundo; não só o mundo geográfico, mas também o econômico e o social. A psicologia do homem de então já não é a mesma. Altera-se, assim, a visão do homem, agora alvo de maior atenção e interesse, sendo reconhecido por seu valor, lugar e papel na história.

Transportemo-nos, agora, para o século XVIII, século no qual se desenvolve o Iluminismo, reconhecido por seu primado da razão. Nesse momento, o homem pretende ter na ciência a solução de todos os seus problemas. Tal clima estende-se ao século XIX, tendo como continuador o Positivismo lógico, afirmando que a razão e o pensamento são insuficientes para revelar e compreender o homem. Nesse contexto, a psicologia separa-se da filosofia, e surgem os dois grandes movimentos já citados anteriormente: a Psicanálise e o Behaviorismo. Ambos têm produzido frutos e proporcionado contribuições valiosas, mas insuficientes para compreender a complexidade do ser humano. Neste cenário, em contraposição às duas forças mencionadas, surge a Psicologia Humanista, a que Maslow denominou “Terceira Força” (AMATUZZI, 2001). Assim, tem-se espaço para a psicoterapia, vista,

essencialmente, como um processo de libertação, na medida em que facilita e promove a expansão da consciência e a ampliação da liberdade e criatividade.

Assim, no decorrer de nossa pesquisa tomamos como premissa a importância da tendência atualizante, inerente a qualquer organismo vivo, na relação terapêutica e buscamos desenvolver tal tema a partir de uma revisão bibliográfica dos principais autores que consideram o conceito de “tendência atualizante” e, em especial, o teorizado por Carl Rogers.

Concluimos que, de acordo com Morato (*in*: ROSENBERG, 1987), para que uma pessoa possa restabelecer seu processo de crescimento num fluir natural, há necessidade de um clima caloroso e autêntico, e não tanto de conhecimentos ou técnicas. Ajudar uma pessoa em seu crescimento requer uma atitude verdadeiramente disponível de consideração e compreensão. Para Rogers (1977), a condição básica, necessária e suficiente para a efetividade de uma relação de ajuda são as atitudes do terapeuta.

Na realidade, nosso pensamento vai de encontro ao de Morato (*in*: ROSENBERG, 1987), quando diz que Rogers propõe que o terapeuta deve se dispor fenomenologicamente ante o ser humano, respeitando-o e compreendendo-o verdadeiramente. Admitindo para si mesmo a verdade da tendência atualizadora, do significado do experienciar, o terapeuta naturalmente propiciará um clima facilitador.

Sendo assim, o que pudemos apreender ao longo da análise das obras escolhidas e da leitura de bibliografias relacionadas é que o sucesso da psicoterapia depende mutuamente do cliente e do terapeuta. Não há relação terapêutica quando apenas o cliente está mobilizado por sua tendência ao crescimento, à atualização; é necessário que o terapeuta aja de acordo com as condições essenciais descritas por Rogers.

Resumidamente, diríamos que se as pessoas são aceitas e consideradas, elas tendem a desenvolver uma atitude de maior consideração em relação a si mesmas. Quando as pessoas sentem que estão sendo ouvidas de modo empático, isto lhes possibilita ouvir mais cuidadosamente suas experiências internas. Mas à medida que uma pessoa compreende e considera o seu ‘eu’, este se torna mais congruente com suas próprias experiências:

A pessoa torna-se então mais verdadeira, mais genuína. Essas tendências, que são a recíproca das atitudes do terapeuta, permitem que a pessoa seja

uma propiciadora mais eficiente de seu próprio crescimento. Sente-se mais livre para ser uma pessoa verdadeira e integral. (ROGERS, 1983, p.39).

De acordo com Rogers (1983), quando num ambiente impregnado dessas atitudes, as pessoas desenvolvem uma maior autocompreensão, uma maior autoconfiança, uma maior capacidade de escolher os comportamentos que terão. Aprendem de modo mais significativo, são mais livres para ser e transformar-se.

Com o clima favorável, o cliente pode escolher livremente sua direção, mas na verdade escolhe caminhos construtivos e positivos. Essa escolha se dá, pois a tendência atualizante é ativa no ser humano. Assim, segundo Rogers (1983), quando criamos um clima psicológico que permite que as pessoas *sejam*⁸, não estamos participando de um evento casual. Estamos descobrindo uma tendência que permeia toda a vida orgânica, uma tendência para se tornar toda a complexidade de que o organismo é capaz.

Rogers e Wood (1978) expressam sua crença no homem como um organismo vivo, global, com capacidade de crescimento e desenvolvimento de suas potencialidades próprias. Tal processo é inato e admitido como tendência – tendência atualizante -, ou seja, direcionado para o crescimento. Tal característica é observada em todos os seres vivos e no próprio Universo, onde parece haver um princípio direcional para uma organização harmoniosa. Acreditamos que, para estes autores, essa tendência atualizante seja o próprio sentido de vida, de existência e de caráter evolutivo.

Sendo assim, percebemos, ao longo do nosso estudo, que este conceito, central na teoria da terapia, é um princípio muito simples: a vida é um processo naturalmente ativo. Os organismos vivos estão em constante mudança, através de suas interações com o meio. Essa interação é condição para o crescimento; é através dela que o potencial para realizar esse processo vital se evidencia.

Conforme Morato (*in*: ROSENBERG, 1987), o potencial existente nos organismos não é o mesmo para todos eles, é único e próprio de cada um; desta forma, as necessidades para sua realização são diferentes e podem não ser satisfeitas apenas em sua troca com o meio. Quando isso ocorre, aparecem bloqueios que impedem, de alguma forma, o nível de crescimento. O ser humano, assim, por ser mais complexo, demonstra necessidades mais específicas para o seu

⁸ O grifo é do próprio Rogers (1983).

desenvolvimento. “*Seu processo vital natural pode sofrer distorções se as condições para sua satisfação não forem favoráveis.*” (MORATO *in*: ROSENBERG, 1987, p.38).

Ainda na mesma perspectiva, em condições desfavoráveis, o organismo, sentindo-se ameaçado, pode reverter seu processo de crescimento, de construtivo para destrutivo. Rogers (1977) diz que mesmo estando inserido em situações adversas, a reação do organismo é a de defesa, de sobrevivência frente à ameaça e, como tal, a tendência atualizante se faz presente para que o organismo supere sua destruição. Assim, a destrutividade é vista por Rogers como expressão da tendência atualizante em defesa do organismo.

Entendemos, então, que esta tendência confere ao organismo uma espécie de “sabedoria” para buscar os meios adequados para o seu desenvolvimento. É a partir de suas percepções orgânicas que o indivíduo busca a satisfação de suas necessidades. Porém, não é sempre que o organismo pode vivenciar todas as suas experiências. Segundo Morato (*in*: ROSENBERG, 1987), em seu processo de crescimento uma parte do ‘campo experiencial’ do indivíduo se diferencia do fisiológico, constituindo uma nova gama de necessidades não-fisiológicas: “*Ser-considerado, ser-amado, por exemplo.*” (MORATO *in*: ROSENBERG, 1987, p.38). Neste misto de necessidades, o indivíduo se defronta com experiências incongruentes, ou seja, não pode satisfazer todas as suas demandas simultaneamente, pois a satisfação de uma implica a não satisfação de outra.

Nos dizeres de Rogers e Wood (1978), a vivência desse limite faz com que o indivíduo passe a distanciar-se de uma vivência de si mais integrada, pois, para que se mantenha, necessita negar ou distorcer aquela experiência declinada. Continua, assim, seu processo de crescimento distorcidamente, incongruente, com uma falsa idéia de si, porém congruente segundo valores e percepções externas.

Desta forma, acreditamos que essa experiência não integrada de si acaba por barrar o papel de buscar o crescimento que a tendência atualizante exerce. Assim, o papel da psicoterapia e, mais especificamente, da relação terapêutica, é propiciar ao cliente um experienciar-se mais real, congruente com suas necessidades internas. Concluimos, então, que por mais bloqueada que esteja esta tendência do organismo, ela não deixa de existir e é condição necessária para o sucesso do processo psicoterápico, pois é ela que impulsiona o indivíduo ao encontro real consigo próprio:

O homem é livre para ser, mas também se torna responsável por seu ser. Não existe possibilidade de um controle pleno da existência, do que se é, e, nesse sentido, a existência não é estática; encontra-se em constante mutação para novas possibilidades, para a auto-realização, em direção à totalidade do ser, buscando sua identidade (que significa “ser igual a si mesmo” ou autêntico). (MORATO *in*: ROSENBERG, 1987, p.34).

8 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMATUZZI, Mauro Martins. **Por uma psicologia humana**. Campinas: Editora Alínea, 2001.

AQUINO, Rubim Santos Leão de. **Fazendo a história**: a Europa e as Américas nos séculos XVIII e XIX. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1986.

BOAINAIM JÚNIOR, Elias. **Tornar-se Transpessoal**: transcendência e espiritualidade na obra de Carl Rogers. São Paulo: Summus, 1999.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues. **Aprender o Amor**: Sobre um afeto que se aprende a viver. Campinas: Papirus, 2005.

BUENO, Marcos. As teorias de motivação humana e sua contribuição para a empresa humanizada: um tributo a Abraham Maslow. **Revista do Centro de Ensino Superior de Catalão – CESUC** . Ano IV, n.6, jan-jul, 2002.

BÜHLER, Charlotte. Psicologia Existencial-Humanista: Respostas e Desafios. In: GREENING, Thomas C. **Psicologia Existencial-Humanista**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, p.31-65, 1975.

CERQUEIRA, Adriano S. Lopes da Gama; LOPES, Marcos Antonio. **A Europa na Idade Moderna**: do Renascimento ao Século das Luzes. Belo Horizonte: Le, 1995.

CHAUÍ, Marilena. **Convite à Filosofia**. 7.ed. São Paulo: Ática, 1996.

CURY, Vera Engler. **Psicoterapia centrada na pessoa**: Evolução das formulações sobre a relação terapeuta-cliente. Dissertação de Mestrado, Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, SP, 1987.

DELABIO, Marlene dos Anjos Navarro et al. **Aspectos que diferenciam o Humanismo dos demais pilares da Psicologia**: Psicanálise e o Behaviorismo. 1999. Monografia apresentada à disciplina Teorias e Técnicas Psicoterápicas – Universidade Metodista de São Paulo, Psicologia, São Paulo.

EVANS, Richard Isadore. **Carl Rogers**: o homem e suas idéias. São Paulo: Martins Fontes, 1979. Tradução Manoel Paulo Ferreira.

FADIMAN, James; FRAGER, Robert. **Teorias da Personalidade**. São Paulo: Harbra, 1979. Tradução Camila Pedral Sampaio e Sybil Safdié.

FIGUEIREDO, Luís Cláudio Mendonça; SANTI, Luiz Ribeiro de. **Psicologia, uma (nova) introdução**: uma visão histórica da psicologia como ciência. 2.ed. São Paulo: EDUC, 2002.

FROMM, Erich. **Análise do homem**. 9.ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1974. Tradução Octavio Alves Velho.

GARNICA, Antônio Vicente Marafioti. Algumas notas sobre Pesquisa Qualitativa e Fenomenologia. **Interface – Comunicação, Saúde e Educação**. v.1, n.1, p.109-122, 1997.

HOLANDA, Adriano. Repensando as fases do pensamento de Rogers. **Associação Paulista da Abordagem Centrada na Pessoa**. 1994. Disponível em: <<http://www.apacp.org/art171.html>>. Acesso em: 20 set. 2007.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 3.ed. São Paulo: Atlas, 2001.

GUEDES, Sulami Pereira. A Pessoa na Teoria Rogeriana. In: GUEDES, Sulami Pereira. **Educação, Pessoa e Liberdade: Propostas Rogerianas para uma Práxis Psico-Pedagógica Centrada no Aluno**. 2.ed. São Paulo: Moraes, 1981. Cap. I, p.19-26.

JUSTO, Henrique. **Cresça e faça crescer: lições de um dos maiores psicólogos: Carl Rogers**. Canoas: La Salle, 1987.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de Pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração, análise e interpretação de dados**. 3.ed. São Paulo: Atlas, 1996.

MARTINS, Joel.; BICUDO, Maria Aparecida Viggiani. **A pesquisa qualitativa em Psicologia: fundamentos e recursos básicos**. São Paulo: Educ/Moraes, 1989.

MASLOW, Abraham Harold. **Introdução à Psicologia do Ser**. 2.ed. Rio de Janeiro: Eldorado, 1968. Tradução Álvaro Cabral.

MASLOW, Abraham Harold. **Maslow no Gerenciamento**. 1ª reimpressão. Rio de Janeiro: Qualitymark Ed., 2001.

MASLOW, Abraham Harold. **Motivación y Personalidad**. Madrid: Díaz de Santos, 1991.

MASLOW, Abraham Harold. **The Farther Reaches of Human Nature**. New York: Viking, 1971.

MATSON, Floyd W. Teoria Humanista: A Terceira Revolução em Psicologia. In: GREENING, Thomas C. **Psicologia Existencial-Humanista**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, Cap. 2, p. 68-81, 1975.

MILHOLLAN, Frank *et al.* **Skinner X Rogers: Maneiras contrastantes de encarar a educação**. 3.ed. São Paulo: Sumus editorial, 1978. Tradução Aydano Arruda.

MOREIRA, Daniel Augusto. **O método fenomenológico na pesquisa**. São Paulo: Pioneira Thomson, 2002.

MOREIRA, Virgínia. **Para Além da Pessoa: Uma Revisão Crítica da Psicoterapia de Carl_Rogers**, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, Tese de Doutorado, 1990.

MOREIRA, Virgínia. **Psicoterapia Centrada na Pessoa e Fenomenologia. Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v.9, n.1, p.157- 172, 1993.

MOURA, Carlos Alberto Ribeiro. **Crítica da razão na Fenomenologia**. São Paulo: Edusp/Nova Stella, 1989.

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE MINAS GERAIS. Pró-Reitoria de Graduação. Sistema de Bibliotecas. **Padrão PUC Minas de normalização**: normas da ABNT para apresentação de trabalhos científicos, teses, dissertações e monografias. Belo Horizonte, 2007. Disponível em: <<http://www.pucminas.br/biblioteca>>. Acesso em: 21 ago. 2007.

ROGERS, Carl Ransom.; STEVENS, Barry (org.). **De Pessoa Para Pessoa: o problema de ser humano: uma nova tendência na psicologia**. 4.ed. São Paulo: Pioneira, 1991. Tradução Miriam L. Moreira Leite e Dante Moreira Leite.

ROGERS, Carl Ransom et al. **Em busca de vida: da terapia centrada no cliente à abordagem centrada na pessoa**. São Paulo: Summus, 1983.

ROGERS, Carl, Ransom. **Liberdade para Aprender: uma visão de como a educação deve vir a ser**. 3.ed. Belo Horizonte: Interlivros, 1975. Tradução Edgar de Godoi da Mata Machado e Márcio Paulo de Andrade

ROGERS, Carl, Ransom. **Um Jeito de Ser**. São Paulo: EPU, 1983. Tradução Afonso Henrique L. da Fonseca.

ROGERS, Carl Ransom; KINGET, G. Marian. **Psicoterapia e Relações Humanas: teoria e prática da terapia não-diretiva**. 2.ed., vol.1, Belo Horizonte: Interlivros, 1977. Tradução Maria Luísa Bizzotto.

ROGERS, Carl Ransom. **Tornar-se pessoa**. 4.ed. São Paulo: Martins Fontes, 1977. Tradução Manuel José do Carmo Ferreira.

ROGERS, Carl Ransom; WOOD, John Keith. Teoria Centrada no Cliente: Carl R. Rogers. In: BURTON, A. **Teorias Operacionais da Personalidade**. Rio de Janeiro: Imago, p. 192-233, 1978.

ROSENBERG, Rachel Lea (org.). **Aconselhamento Psicológico Centrado na Pessoa**. São Paulo: EPU, 1987 (Temas Básicos de Psicologia, v.21).

SCHULTZ, Duane P; SCHULTZ, Sydney Ellen. **História da Psicologia Moderna**. 10.ed., rev. e ampl. São Paulo: Cultrix, 1998. Tradução Álvaro Cabral.

SCHULTZ, P. D. **Teorias da Personalidade**. São Paulo: Pioneira Thomson, 2004.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICOLOGIA. **Resumos de Comunicações Científicas**. XXIX Reunião Anual. Ribeirão Preto, Sociedade Brasileira de Psicologia/Legis Summa, p.36-37, 1998.

WOOD, John Keith et. al. (org.). **Abordagem Centrada na Pessoa**. 3.ed. Vitória: Fundação Ceciliano Abel de Almeida, 1997.